



# Sosiaalipedagoginen hevostoiminta perheen arjen tukena

Noora Huuskonen & Anna Oikarinen

2019 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

**Sosiaalipedagoginen hevostoiminta  
perheen arjen tukena.  
Laadullinen tutkimus, jossa tarkastellaan  
kuinka sosiaalipedagoginen hevostoiminta  
on auttanut erityislasten arjessa  
Noora Huuskonen & Anna Oikarinen**

Noora Huuskonen  
Anna Oikarinen  
Sosionomi  
Opinnäytetyö  
Toukokuu 2019 2019

Noora Huuskonen□

Noora Huuskonen & Anna Oikarinen

Vuosi 2019 2019

Sivumäärä 2

---

Huuskonen, Noora & Oikarinen, Anna. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta perheen arjen tukena.

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää kuinka sosiaalipedagoginen hevostoiminta on vaikuttanut erityistytöryhmässä toimivien lasten ja heidän perheidensä arkeen. Tutkimuksessa selvitettiin ryhmään osallistuvien lasten vanhempien näkökulmasta kuinka he ovat kokeneet hevostoiminnan vaikutukset lastensa arjessa. Tutkimuksen kohderyhmä koostuu viidestä tytöstä, jotka ovat osallistuneet sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan pienryhmissä jo useamman vuoden ajan. Tutkimus on laadullinen tutkimus, jossa aineiston keruumenetelmänä toimi teemahaastattelun ja avoimen haastattelun välimuoto. Tutkimukseen osallistui viisi lasten vanhempaa. Haastattelut nauhoitettiin litterointia ja sisältöanalyysiä varten. Tutkimuksen viitekehyksenä toimii erityisesti tutkimustulokset eläinavusteisesta toiminnasta lasten ja nuorten kuntoutuksen tukena sekä sosiaalipedagogiikan teoria. Lisäksi tärkeässä osassa on pienryhmätoiminnan merkitys erityislapsen kohdalla.

Tulokset osoittavat, että toiminnasta on ollut hyötyä lasten arjen hallintaan, ja toiminta on tukenut lasten kasvua. Pienryhmätoiminta ja talliympäristö ovat vahvistaneet lasten itsetuntoa ja sosiaalisia taitoja. Tutkimustulosten perusteella sosiaalipedagogiikan peruselementit kuten toiminnallisuus, yhteisöllisyys, vertaistuki ja elämyksellisyys toimivat erityislapsille voimauttavana tekijänä. Tutkimustulokset osoittivat, että sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta pienryhmissä voivat hyötyä lapset ja nuoret, joilla on haasteita esimerkiksi arjen hallinnassa, sosiaalisissa suhteissa, tunnetaidoissa, itsetunnossa tai toiminnanohjauksessa.

Eläinavusteisesta, tavoitteellisesta toiminnasta, tulisi saada lisää tutkimustietoa niin vanhemmille, sosiaalityön ja terveysalan ammattilaisille sekä alan opiskelijoille. Jatkotutkimusten kehityksessä voisi hyödyntää laajempaa kohderyhmää, ja ottaa huomioon vertailun vuoksi lasten ja nuorten haasteet ennen hevostoiminnan aloittamista.

Asiasanat: sosiaalipedagoginen hevostoiminta, eläinavusteinen toiminta, green care, sosiaalipedagogiikka, nuorten syrjäytymisen ehkäisy, erityislapsi koulussa.

Noora Huuskonen□

Year 20192019

Pages

63

---

Huuskonen, Noora & Oikarinen, Anna. Social pedagogical horse activity supporting everyday Family life.

The aim of the thesis is to find out how social pedagogical horse activities have affected the everyday life of children and their families working in a group where girls have special needs. The study looked at how parents have experienced the effects of equine assisted social education in their children. The target group of the study consists of five girls who have been involved in equine assisted social pedagogical groups for several years. The only selection criterion for the subjects was that parents whose children had participated in social pedagogical group activities. Research is done from the parents' point of view. The research is a qualitative study, where the method of collecting data was the intermediate form of the topic-gaze and open interview. Interviews were recorded for transcription and content analysis. In particular the research framework for animal-assisted activities to support the rehabilitation of children and youngsters, social pedagogy and the importance of small group activities for special children are the reference framework for the research.

The results shows that the activities have benefited the everyday management of children, and the activity has supported the growth of children. Small group activities and the nature environment have strengthened children's self-esteem and social skills. Based on the research results, the basic elements of social pedagogy, such as functionality, communality, peer support, and experience, act as empowering children. More research data should be obtained on animal-assisted, goal-oriented activities in general that in order to insure for parents, social workers and health professionals and students in the field. The broader target group could be utilized in the development of further research, taking into account the challenges of children and youngsters for comparison before starting the equine assisted social education.

Keywords: social pedagogical horse activity, equine assisted social education, animal assisted therapy, green care, social pedagogy, prevention of youth exclusion, child with special needs at school.

## Sisällys

1	Johdanto .....	7
2	Tutkimuksen lähtökohdat .....	9
2.1	Tutkimuskysymykset.....	9
2.2	Tutkimuksen taustaa .....	9
2.3	Tutkimuksen kohteena olevat tyttöryhmät .....	11
3	Eläinavusteinen toiminta osaksi sosiaalista kuntoutusta .....	13
3.1	Sosiaalipedagogiikka lisää osallisuutta yksilön omaan elämään .....	13
3.2	Lapsi sosiaalisissa tilanteissa.....	15
3.3	Erytislapsi koulussa .....	17
3.4	Pienryhmätoiminta lapsen kasvun tukena .....	17
3.5	Luonnon voimauttava vaikutus .....	19
3.6	Eläin voi auttaa fyysisesti ja psyykkisesti.....	21
3.7	Hevonen on suora ja rehellinen opettaja.....	25
4	Tutkimuksen muoto .....	31
4.1	Tutkimuksen kuvaus .....	31
4.2	Laadullinen tutkimus .....	33
4.3	Aineiston keruu.....	34
4.4	Äänitysdokumentointi, aineiston litterointi ja analysointi .....	35
5	Tutkimuksen tulokset .....	38
5.1	Ystävyysuhteet ja vertaistuki.....	38
5.2	Itsetunto.....	40
5.3	Tunnetaidot.....	41
5.4	Sinnikkyys ja pettymystensietokyky .....	44
5.5	Arjen toimivuus .....	45
5.6	Tallin rauhoittava vaikutus.....	47
5.7	Vanhemmille kantava voima arjessa .....	48
6	Tutkimuksen johtopäätökset .....	50
7	Pohdintaa .....	54
7.1	Tutkimuksen luotettavuus ja eettinen pohdinta .....	54
7.2	Oppimiskokemuksena opinnäytetyö .....	56

8	Lähteet .....	59
9	Liitteet.....	61

## 1 Johdanto

Opinnäytetyömme on laadullinen tutkimus, jossa tutkimme sosiaalipedagogista hevostoimintaa asiakkaiden perheiden näkökulmasta. Valitsimme tutkimuksen aiheen puhtaasti oman kiinnostuksemme mukaan, lisäksi tarve tutkia sosiaalipedagogista hevostoimintaa asiakkaan sekä asiakkaiden perheiden näkökulmasta tuli toiveena yhteistyökumppaniltamme AiKa-tallilta, sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ohjaajalta.

Meillä molemmilla on vahva tunneside eläimiin, niin harrastusten ja elämänarvojemme pohjalta. Meillä molemmilla on lemmikkieläimiä, kummallakin on taustalla ratsastusharrastus, lisäksi Noora on tehnyt opintojensa aikana työharjoittelun sosiaalipedagogisen hevostoiminnan toimintaympäristössä. Uskomme vahvasti eläinavusteisiin menetelmiin, ja siksi haluamme tutkia aihetta lisää.

Aiemmat tutkimustulokset antavat viitteitä siihen, että eläinavusteinen työskentely voi auttaa esimerkiksi erityisnuorten kuntoutuksessa. Temple Grandin, joka kärsii lieväasteisesta autismista, ja on eläintutkija ja professori, on kertonut, että eläimet auttoivat häntä nuoruusiässä kestämään oppilastoverien säälimätöntä kiusaamista, ja siitä johtuvaa ahdistusta. Hän koki ymmärtävänsä eläimiä aivan poikkeuksellisella tavalla nimenomaan autistisen häiriönsä takia. Grandin arvelee, että autistinen ihminen hahmottaa ympäristöään samalla tavalla kuin eläimet. (Ikäheimo 2013, 38.)

Erityisesti ratsastusharrastus voi tarjota loistavan mahdollisuuden voittaa omia pelkoja ja ahdistuksia. Suuren eläimen läheisyys, sen käyttäytyminen, ja sen liikkeiden vähittäinen hallitseminen johtaa emotionaalisen siteen syntymiseen. Lapsesta on rohkaisevaa huomata, että hänen toimintansa näkyy niin selvästi eläimen käytöksessä. Lapsi itse oppii hallitsemaan eläintä ja myötävaikuttaa siihen, miten se hallitsee itseään. (Ikäheimo 2013, 40.)

Viitekehysessämme ovat erityisesti nuoret ja lapset, heidän kuntoutumisensa ja hyvinvointinsa. Meidän molempien asiakasryhmäksi on valikoitunut sosionomin opintojen aikana erityisesti nuoret, ennaltaehkäisevä nuorisotyö, lastensuojelu ja lisäksi luovat ja toiminnalliset menetelmät sosiaalisessa kuntoutuksessa.

Pohjaamme tutkimuksemme vahvaan teoriaan sosiaalipedagogiikasta, sen osallistavasta vaikutuksesta yksilöihin sekä tutkimustuloksiin eläinten ja luonnon voimauttavasta vaikutuksesta. On olemassa myös vahvaa näyttöä hevosavusteisen pienryhmätoiminnan hyödyistä erityisryhmien kanssa, jota tutkimuksemmekin puoltaa.

Näkökulmamme, ja tutkittavien ryhmä on vanhemmat, joiden lapset ovat osallistuneet sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan useamman vuoden ajan. Lähtökohtaisesti tutkimuksia sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta on tehty lähinnä suoraan asiakkaiden näkökulmasta sekä toiminnan ammattilaisten näkökulmasta. Tutkimukselamme on siis suuri tarve saada myös asiakkaiden lähiaikuisten ääni kuuluviin. Heillä on käytännön kokemusta arjesta erityislapsen kanssa, ja siksi myös tuore näkökulma toiminnan vaikutuksista arjessa.



## 2 Tutkimuksen lähtökohdat

Tässä kappaleessa kerromme mitä tutkimme, sekä mitkä ovat meidän tutkimusongelmamme ja tutkimuskysymyksemme. Perehdymme myös tutkimuksen taustaan ja kerromme, kuinka lähdimme tutkimussuunnitelmaa rakentamaan ja kuinka siinä edettiin. Avaamme myös vähän ajatuksia siitä minkä takia halusimme juurikin kyseistä aihetta tutkia.

### 2.1 Tutkimuskysymykset

Opinnäytetyömme tarkoituksena on tutkia, millaista käytännön hyötyä sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla on ollut asiakkaina oleville lapsille ja heidän perheilleen erityisesti heidän arjessaan. Tutkimusongelmamme ja -kysymyksemme on miten käytännössä sosiaalipedagogisen hevostoiminnan hyödyt näkyvät lasten arjessa.

Jaamme tutkimusongelmamme kolmeen osaan, jotka ovat

1. Miten sosiaalipedagoginen hevostoiminta vaikuttaa lasten sosiaalisiin suhteisiin, kuten ystävyys- ja perhesuhteisiin?
2. Milla tavalla sosiaalipedagoginen hevostoiminta on vaikuttanut lasten tunteiden hallintaan ja mielialaan?
3. Millä tavalla toiminta on vaikuttanut lasten arjen hallintaan ja esimerkiksi koulunkäyntiin ja/tai harrastuksiin?

### 2.2 Tutkimuksen taustaa

Tutkimuksemme tarkoituksena oli selvittää, millaista hyötyä sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta on ollut siihen osallistuville lapsille heidän lähiaikuistensa mielestä. Halusimme selvittää erityisesti toiminnan positiivisia vaikutuksia, jotka näkyvät lasten arjessa. Aluksi keskustelimme työelämäyhteistyökumppanimme Aika-Tallin sosiaalipedagogisen ohjaajan Aila Kajanderin kanssa hänen toiveistaan opinnäytetyötämme kohtaan ja esittelimme oman näkemyksemme opinnäytetyöstämme.

Tutkimuksen tavoitteeksi nousi ajatus siitä, että saisimme haastateltavaksi vanhempia, joiden lapset osallistuvat sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan pienryhmässä. Tavoite saavutettiin, ja saimme arvokasta tietoa liittyen lasten ja nuorten tukemiseen pienryhmätoiminnassa.

Pienryhmätoiminnassa keskitytään sosiaalisten taitojen kehittämiseen. Erityisesti vuorovaikutustaidoilla ja sosiaalisten taitojen harjaannuttamisella on suuri merkitys itsetunnon, minäkuvan ja elämänhallinnan vahvistamiseen. Tärkeää on onnistumisen kokemusten tuottaminen, ryhmätaitojen harjaannuttaminen ja vertaisryhmässä toimimisen tukeminen niin koulutyöskentelyn kuin vapaa-ajankin kannalta. (Muhonen, Lallukka & Turtiainen 2009, 26.)

Lähdimme siis hakemaan haastateltaviksemme pienryhmätoimintaan osallistuvien lasten aikuisia. Päädyimme tekemään mainoksen, jossa esittelemme opinnäytetyömme (liite 1) ja kutsumme vanhempia ottamaan meihin yhteyttä matalalla kynnyksellä. Mainokset jaettiin kaikille nuorille, jotka osallistuvat toimintaan. Lisäksi Aila Kajander otti yhteyttä muutamaa hänelle tuttuun lasten vanhempaan, ja pyysi heitä mukaan haastatteluun.

Tutkimuksemme herätti lasten lähiaikuisissa kiinnostusta, ja saimme sovittua viisi eri tapaamista. Teimme haastattelut Aika-Tallin tiloissa, sopivasti lasten ollessa tallilla, jolloin kasvattajien oli helppo tulla mukaan haastatteluun, joten se ei vienyt heiltä ylimääräistä aikaa. Yksi haastattelu tehtiin Aika-Tallin ulkopuolella.

Halusimme luoda rennon hetken vanhempien kanssa, joten olimme varanneet haastatteluun kahvia, teetä ja pientä purtavaa. Haastattelut taltioimme puhelimiemme nauhureihin ja teimme satunnaisia muistiinpanoja kirjallisesti. Ennen jokaista haastattelua vanhemmat saivat kirjoitettavakseen laatimamme vaitiolovelvollisuussopimuksen (liite 2), jonka allekirjoitimme yhdessä heidän kanssaan.

Tutkimuksia sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta Suomessa on verrattain vähän. Tunsimme siis tärkeäksi, että tartumme aiheeseen, koska luonto- ja eläinlähtöiset menetelmät sosiaalityössä ovat kasvava tieteenala, jota toivottavasti tulevaisuudessa sovelletaan enemmänkin erilaisten ryhmien kuntoutumisessa.

Tavoitteellisessa työskentelyssä hevosavusteisin menetelmin on vanhempien kanssa tehtävä työskentely tärkeää. Vanhempien kuvaukset lapsen selviytymisestä arkipäivässä antavat tärkeää tietoa lapsen kanssa työskentelevälle henkilölle siitä, kuinka

lapsi edistyy toiminnan ulkopuolella. Toisinaan voi olla niin, että käytöshäiriöön liittyvää käyttäytymistä ei näy talliympäristössä lainkaan, silloin riskinä voi olla, että ohjaaja tulkitsee lapsen edistyneen nopeammin kuin on todellisuudessa tilanteen oikea laita. (Mattila-Rautiainen 2011, 368.)

### 2.3 Tutkimuksen kohteena olevat tyttöryhmät

Vaikka tutkimuksessa haastattelimmekin lasten vanhempia, oli kaikkien vanhempien lapset osallistuneet Erityisen ihanien tyttöjen -ryhmään Aika-tallilla Sipoossa. Ryhmät koostuvat 4-6 tytöstä, ja ikää ryhmässä olevilla lapsilla on 11-16 vuotta. Nämä pienryhmät on tarkoitettu tytöille, jotka hyötyvät vahvasta tuesta, ja ohjauksesta ryhmässä toimimiseen. Tutkittavien ryhmä valikoitui sen pohjalta, että haastateltavien vanhempien lapset ovat osallistuneet sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan Aika-tallilla. Ainoa kriteeri oli, että lapset ovat olleet mukana sosiaalipedagogisessa hevostoiminta ryhmässä jo jonkin aikaa.

Hevostaitojen ja ratsastuksen lisäksi ryhmässä harjoitellaan ja vahvistetaan sosiaalisia taitoja, toiminnanohjauksen taitoja, tunteiden tunnistamista ja niiden sanoittamista, sekä itsesäätelykykyä. Ryhmien toimintaa ohjaa vahvasti sosiaalipedagoginen ajattelumalli sekä jokaisen osallistujan omien vahvuuksien löytäminen ja niiden valjastaminen käyttöön niin koulussa, kotona, kuin muussakin lapsen arjessa. Ryhmä sopii loistavasti NEPSY (neuropsykiatriset vaikeudet) -lapsille. Neuropsykiatriset vaikeuksiin, lyhenne NEPSY, liittyy usein käytöksen, oppimisen, unen ja motoriikan haasteita, mielialavaihteluja, ahdistus- tai pakko-oireisuutta sekä aistiherkkyyttä. NEPSY-vaikeudet vaikuttavat usein jokapäiväiseen elämään: niin sosiaaliseen vuorovaikutukseen, kielelliseen ja ei-kielelliseen viestintään, tunteiden sääntelyyn ja oman toiminnan ohjaukseen. Oireiden voimakkuudet ja ilmiäiset vaihtelevat eri ihmisillä eri ympäristöissä. Kaikkia oireita ei ole kaikilla. Tämän vuoksi tuen muodot tulee miettiä yksilöllisesti. (Tampereen kaupunki, viitattu 14.6.2019.)

Sekä ohjaus että palaute hevostoimintaryhmässä on lasta kannustavaa ja rohkaisevaa. Ryhmien aikana keskustellaan lasten omista kokemuksista, onnistumisista ja identiteetistä. Toiminnan päätarkoituksena on ehkäistä syrjäytymistä ja tukea lasta saamaan tunteen omasta pärjäämisestään. Erityisen ihanien tyttöjen ryhmiä on aina kaksi kertaa vuodessa ja ne sijoittuvat kevät- ja syyslukukausiin. Toimintakertoja on

kaudessa yhteensä 14. Erityisen ihanien tyttöjen ryhmä on tällä hetkellä Aika-tallin toiminnassa kaksi, toinen on maanantaisin ja toinen perjantaisin. (Aika-tallit. Viitattu 24.5.2019.)

Toimintakerrat ryhmissä voivat vaihdella jonkin verran. Ryhmässä on kuitenkin koettu tärkeäksi, että lapset tietävät ryhmän kulun. Rakenteet jokaisessa toimintakerrassa ovat samankaltaiset. Toiminta aloitetaan aina yhdessä tallin pöydän äärellä kuulumiskierroksella, ja usein tässä vaiheessa ryhmällä saattaa olla jokin pieni kirjallinen tehtävä. Tämän jälkeen hevoset jaetaan, ja keskustellaan myös viimeistään mitä päivän ohjelmassa on. Välillä ryhmä työskentelee pareittain, mutta usein jokaiselle osoitetaan oma hevonen. Kun hevoset on jaettu, ja kun päivän pääohjelma on tiedossa, aloitetaan tarvittavien tavaroiden keruu, kuten hevosenhoitovälineet ja ratsastustarvikkeet. Sen jälkeen yleensä siirrytään hevosten harjaukseen ja muuhun valmisteluun. Kun kaikki ovat valmiita, siirrytään ulos hevosen kanssa jotakin puuhastelemaan, kuten ratsastamaan kentällä tai maastossa, kärryillä ajoon, tai maasta käsin tapahtuvaan hevosen käsittelyyn. Ulkona vietetty aika yhdessä hevosten kanssa vaihtelee. Lopuksi ryhmä siirtyy takaisin talliin ja riisuu hevoset varusteista. Aina lopuksi ryhmä vielä kokoontuu tallin pöydän ääreen saamaan omat tallivihkonsa, johon Aila Kajander kerää kuvia lapsista hevosten kanssa, jotta lapset voivat itse nähdä omaa kehitystään kuvien avulla. Vihkojen avulla lapset voivat nähdä konkreettisesti myöhemmin mitä kaikkea he ovat ryhmässä tehneet, ja niihin palataan tarvittaessa. Tässä vaiheessa lapset voivat saada myös pieniä kotitehtäviä toimintaan ja hevosiin liittyen, jotka on lisätty myös vihkoon. Yhteisen lopun jälkeen lapset lähtevät kotiin. Jokainen toimintakerta kestää noin puolitoista tuntia. Sosiaalipedagogiseen hevostoi- mintaan liittyy siis paljon muutakin kuin vain ratsastusta, ja toiminnan hyödyt ovatkin yhteisessä toiminnassa.

Erityisen ihanien tyttöjen ryhmää ohjaa Aila Kajander, joka on koulutettu SPHT (sosiaalipedagogisen hevostoi- minnan) -ohjaaja sekä kasvatustieteiden maisteri. Kajander on myös ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmentaja, sekä erityisluokan opet- taja. Hän on työskennellyt koulussa erityislasten kanssa useita vuosia. Erityisten las- ten parissa toimimiseen Kajanderilla onkin siis monen vuoden rautainen ammatti- taito, ja kokemus lasten kanssa toimimiseen usealta eri ammattialalta. Kajanderin avustajina hevosavusteisissa ryhmissä toimii 1-2 sosionomiopiskelijaa, sekä tarvitta- essa ryhmässä on muitakin avustajia. Lisäksi ryhmien ratsastuksen opetukseen osallis- tuu tallin oma ratsastuksen ohjaaja Essi Kajander. (Aika-tallit. Viitattu 24.5.2019.)

### 3 Eläinavusteinen toiminta osaksi sosiaalista kuntoutusta

Keskeisiä käsitteitä opinnäytetyössämme on sosiaalipedagoginen hevostoiminta, eläinavusteinen toiminta, green care, sosiaalipedagogiikka, nuorten syrjäytymisen ehkäisy ja erityislapsi koulussa.

#### 3.1 Sosiaalipedagogiikka lisää osallisuutta yksilön omaan elämään

Ennen kuin syvennymme sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan, on hyvä tarkastella ja määritellä sosiaalipedagoginen viitekehys. Teoria tarkastelee ihmisen kasvua sosiaalisena ilmiönä, eli sen kiinnostuksen kohteena ovat prosessit, joissa ihminen kasvaa yhteisöjen ja yhteiskunnan jäseneksi ja jäsenenä. Kasvun lisäksi huomion kohteena on kasvatusta, eli pedagoginen toiminta, jolla sosiaalista kasvua tuetaan ihmisen elämänkulun eri vaiheissa. Kasvu ja kasvatusta ymmärretään sosiaalipedagogiikassa laajasti. Ne ovat asioita, joita tapahtuu läpi elämän, kaikilla elämän osa-alueilla: arkipäivän kohtaamisista kasvatusta instituutioihin esimerkiksi kouluissa. (Suomen sosiaalipedagoginen seura, Viitattu 23.5.2019.)

Sosiaalipedagogiikan keskeisiä teemoja ovat täysipainoisen kansalaisuuden, yksilöiden ja yhteisöjen omaehtoisen toimintakyvyn ja tasapainoisen yhteiselämän vahvistaminen. Ja sen edellytysten ja keinojen tarkastelu kasvun ja kasvatusta näkökulmasta. Sosiaalipedagogiikan toimintakenttää ovat myös yhteiskunnalliseen eriarvoisuuteen, syrjimiseen ja syrjäytymiseen liittyvät haasteet, niiden ennaltaehkäiseminen ja lievittäminen. (Suomen sosiaalipedagoginen seura, Viitattu 23.5.2019.) Tähän pyrkii myös sosiaalipedagoginen hevostoiminta.

Sosiaalipedagogisessa toiminnassa kyse on toisaalta yleisestä sosiaalisen kasvun tukemisesta, joka koskee kaikkia, ja toisaalta erityisestä kasvatuksellisesta sosiaalisesta työstä, joka koskee erilaisten vaikeuksien vuoksi erityistä tukea tarvitsevia. Erityisen kasvatuksellisen tuen tarpeet voivat liittyä koulutuksesta tai työstä syrjäytymiseen, mielenterveys- tai päihdeongelmiin, vaikeisiin perheoloihin, vammaisuuteen tai muihin ihmiselämän haasteisiin. Toiminnan tavoitteena on tukea ihmisten yhteiskunnallista osallisuutta, yhteiskuntaan integroitumista sekä ehkäistä ja lievittää

syrytymistä. Usein sosiaalipedagogiselle ajattelulle on luonteenomaista myös yhteiskunnallinen kriittisyys, eli integraation lisäksi tavoitteena on emansipaatio, eli vapautuminen elämää tukahduttavista, epätoivottavista käytännöistä ja rakenteista. Näin ollen sosiaalipedagoginen toiminta pyrkii tukemaan paitsi yksilön paikan löytämistä yhteiskunnassa, mutta myös kasvattamaan kriittisen ajattelun ja toiminnan valmiuksia. (Suomen sosiaalipedagoginen seura, Viitattu 23.5.2019.)

Sosiaalipedagogiikka tarkastelee kasvun ja kasvatuksen yhteisöllisiä ja yhteiskunnallisia kytkeitä ja tuo pedagogisen näkökulman sosiaaliseen työhön. Tieteenä se siis yhdistää kasvatustieteellisen ja yhteiskuntatieteellisen näkökulman. Lisäksi sosiaalipedagogiikka on toimintatiede, jossa teoria ja käytäntö ovat läheisessä suhteessa toisiinsa. Teoria on ajattelun väline, joka auttaa toteuttamaan ja kehittämään käytännön toimintaa, ja toiminnassa saadut kokemukset uudistavat ajattelua ja muokkaavat teoriaa. Sosiaalipedagogiseen teoriaan pohjautuva ja käytäntöön kohdistuva tutkimus on välttämätöntä tämän yhteyden ylläpitämiseksi. (Suomen sosiaalipedagoginen seura, Viitattu 23.5.2019.) Pyrimme selittämään ja ymmärtämään sosiaalipedagogista hevostoimintaa juurikin sosiaalipedagogisen toiminnan näkökulmasta, ja kuinka teoria toimii käytännössä juurikin tutkimuksemme osallistuvien nuorten ja heidän perheidensä elämässä.

Sosiaalipedagogiikalla on tunnusomaista ajatus yksilön mahdollisuudesta vaikuttaa paitsi omaan elämäänsä ja myös niihin yhteiskunnallisiin oloihin, joissa hän elää. Sosiaalipedagogiikassa kiinnitetään huomiota myös kasvatuksellisiin kysymyksiin, kasvuolojen epäkohtiin ja lasten kansalaisuuteen. Oppiala keskittyy siis erityisesti lapsuuden ja nuoruusajan hyvinvointiin, ja sen tukemiseen. Sitä voidaan soveltaa myös mihin tahansa sosiaalisten ongelmien varjostamaan elämäntilanteeseen. Oleellista sosiaalipedagogiikalla ovat kysymykset ihmiskuvasta ja yksilön sosiaalisesta muotoutumisesta. (Muhonen, Lallukka & Turtiainen 2009, 11.) Suomessa harjoitetaan sosiaalipedagogista hevostoimintaa, jossa toiminta tähtää erilaisista sosiaalisista ongelmista kuten päihde- tai koulunkäyntiongelmista kärsivien nuorten sosiaalistamiseen yhteisön jäseneksi. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta myös ehkäisee näitä ongelmia. (Pitkänen 2008, 16.)

Keskeistä sosiaalipedagogisessa toiminnassa on suuntautuminen sosiaalisten ongelmien parissa kamppailevien ihmisten arkeen ja heidän mahdollisuuksiinsa auttaa

itseään. Yksilöitä aktivoidaan yhteiskunnalliseen toimintaan elinolojen ja elämänlaadun kehittämiseksi sekä heidän omien ongelmiansa ratkaisemiseksi. Taustalla vaikuttaa ajatus yksilöiden ja yhteisöjen mahdollisuudesta itsekasvatukseen ja tietoiseen toimintaan itsensä ja ympäristönsä kehittämiseksi. (Muhonen, Lallukka & Turtiainen 2009, 11.)

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on syrjäytymisen ehkäisyyn, sosiaalisen kasvun ja hyvinvoinnin tukemiseen tähtäävää toimintaa. Toiminnan lähtökohtana on ihmisen ja hevosen vuorovaikutus sekä talliyhteisö, jossa toiminta tapahtuu. Toiminnan peruselementit nousevat sosiaalipedagogian teoriasta: yhteisöllisyys, elämyksellisyys, toiminnallisuus ja dialogisuus (aito kohtaaminen). Sosiaalipedagoginen hevostoiminta perustuu yksilön omaan kokemukseen ja sen kautta oppimiseen ja asioiden oivaltamiseen. Hevosen kanssa toteutetaan yhteisöllistä, kokonaisvaltaista ja osallistavaa toimintaa. Hevosen avulla pyritään näyttämään niiden asioiden tärkeys, joista oma hyvinvointi syntyy, kuten esimerkiksi puhtaus, terveellinen ravinto, säännölliset ruokajat, sopiva liikunta ja riittävä lepo. (Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys 2015.)

Turvan vahvistaminen eläinavusteisessa kuntoutuksessa on usein kaksisuuntaista. Jos hevonen on uudessa tallissa ja käyttäytyy säikysti, sen hoidosta vastaava teinityttö tietää luonnostaan mitä se tarvitsee: rauhallista puhetta, hitaita liikkeitä ja lempeää kosketusta. Tällöin tytön aivoissa aktivoituu hänen oma turvajärjestelmänsä, ja hän tuntee olevansa vahvempi ja tyynempi. Toistuessaan tämä tilanne saattaa muuttaa aiemmin arkaa tyttöä pysyvästi rohkeammaksi ja itseensä luottavammaksi myös muissa ympäristöissä. Turvajärjestelmä on paitsi aktivoitunut, toistuvasti aktivoituaan myös vahvistunut. Kokemus itsestä turvan antajana monisatakiloiselle eläimelle ei voi olla vaikuttamatta myös koko minäkuvaan myönteisesti. (Laukkanen 2013, 33-34, toim. Ikäheimo.)

### 3.2 Lapsi sosiaalisissa tilanteissa

Lapsen myönteisen kasvun perusedellytys on, että lapsi on näkyvä aikuiselle. Lapselle välittyy kohtaamisen kautta kuva, että hän on ainutkertainen ja tärkeä. Kohtaaminen on siis ymmärretyksi tulemistä. Lapselle syntyy kokemus siitä, että hänet on otettu vastaan, ja se että hänet on ymmärretty tarkoittamallaan tavalla. Tämä auttaa lasta

tulevaisuudessa, kun tilanne on tyydyttänyt sopivalla tavalla lapsen tarpeita. Kohtaaminen on myös tunteiden jakamista. Vastavuoroinen tunteiden jakaminen koskee kaikkia tunteita. Kun lapselle syntyy turvallinen kokemus siitä, että negatiivisetkin tunteet otetaan vastaan, opitaan samalla olemaan lähellä toista ihmistä ja otetaan huomioon myös toisen tunteet ja tarpeet. (Tilus 2004, 41.)

Aikuisen rooli on merkittävässä asemassa, kun lapsi opettelee selviytymään erilaisista sosiaalisista tilanteista. Ellei lapsi saa aikuiselta riittävästi ohjausta eri tilanteista tehtäviin tulkintoihin, lapsen mahdollisuudet tulkita monimutkaisia, nopeita ja monisyisiä vuorovaikutustilanteita heikkenevät. Lapselle tai nuorelle epäselväksi jäänyt tilanne voi näyttäytyä kaaoksena, jonka jäsentämiseksi lapsi tai nuori joutuu ottamaan käyttöön omat selviytymismekanisminsa. Lapsen omat selitysmallit lukkiutuvat yleensä yksioikoiseksi, jotka jättävät muut selviytymismekanismit sekä rakentavat ratkaisumallit ulkopuolelle. (Tilus 2004, 48.)

Aggressiivinen lapsen käyttäytyminen kertoo lapsen keinottomuudesta selviytyä jokapäiväisistä elämään liittyvistä sosiaalisista tilanteista sekä niihin liittyvistä ongelmista. Vuorovaikutukselle haetaan pohja tekemällä havaintoja jotka kohdistuvat lapsen ympäristöön, itseensä ja muihin. Sopeutuva käyttäytyminen vaarantuu, jos oikeanlaisia tilannevihjeitä ei kyetä asianmukaisesti havainnoimaan. Aggressiiviset henkilöt etsivät keskimäärin vähemmän sosiaalisista tilanteista tietoa kuin ei-aggressiiviset, sen sijaan aggressiiviset ihmiset kiinnittävät enemmän huomiotaan aggressiivisuuteen ja negatiivisuuteen ympärillään ja ympäristössään. (Lindh & Sinkkonen 2009, 101.)

Keskeisimpinä piirteinä käyttäytymishäiriöissä ovat esimerkiksi, jos käyttäytymistapa on sellainen, joka ei kunnioita toisten ihmisten perusoikeuksia, sekä jos lapsi tai nuori rikkoo ikäryhmänsä sosiaalisia normeja. Käytöshäiriöitä kuvaavat sosiaalisista normeista ja toisten piittaamaton, aggressiivinen, uhmakas ja levoton käytös, sekä oireiden egosentrisyys eli itsekeskeisyys. Persoonallisuutta kuvaavat myös rakenteiden kehittymättömyys ja kyvyttömyys psyykkiseen työhön. Häiriön oireita ovat myös epävakaus, levottomuus, keskittymiskyvyttömyys, piittaamattomuus toisten oikeuksista, väkivaltaisuus, esineiden ja ympäristön vahingoittaminen, koulusta lintsaus ja näpistely. Tämänkaltaisen häiriökäyttäytyminen voi johtaa aikuisuudessa persoonallisuushäiriöön. (Lindh & Sinkkonen 2009, 110-111.)



### 3.3 Erityislapsi koulussa

Lapsen itsekunnioitukselle ja minä-kuvan kehittymiselle on merkittävää saako lapsi koulussa positiivisia vai negatiivisia kokemuksia. Vuorovaikutustilanteissa saatu palaute rakentaa lapsen kuvaa itsestään, ja lapselle syntyy selkeä kuva siitä millaiset ominaisuudet ovat toivottuja, arvostettu ja ihailtuja. Opettajien ja tovereiden, sekä muiden ihmisten kanssa tapahtuva vuorovaikutus antaa palautetta ja rakennuspuuta lapsen minäkuvan kehittymiselle. Se antaa lapselle mahdollisuuden tarkastella erilaisista näkökulmista rakenteilla olevaa ihanneminää. (Tilus 2004, 68-69.)

Normaalissa perusopetuksen luokassa on erittäin suuri haaste kasvattaa ja opettaa tunne-elämältään ja käyttäytymiseltään erilaisia oppilaita. Erityisopetus on olennainen osa perusopetusta. Koska ryhmiä ei voida perustaa kuitenkaan loputtomiin on syytä kiinnittää huomiota tavoitemitoituksiin, ryhmäkokoihin, joustaviin integraatio-ratkaisuihin ja opettajien täydentäviin koulutuksiin, sekä oppilashuollon tukijärjestelmiin. (Tilus 2004, 77.)

Harva vanhempi haluaa kuulla vuodesta toiseen siitä kuinka huonosti käyttäytyvä tai epäkelpo heidän lapsensa tai nuorensa on. Vanhemmat haluavat olla osallisena myös niissä tilanteissa joissa voidaan jakaa lapseen kohdistunutta tyytyväisyyttä onnistumisesta. Tyytyväisyyteen on helppo tarttua, se leviää ja alkaa pitää päätään pinnalla. Useimmissa tilanteissa lapsi on viimeiseen asti solidaarinen omille vanhemmilleen ja lapsi tietää alitajuntaisesti olevansa osa äidin, isän tai koko perheen pahoinvointia. Negatiivinen viesti koulusta vaikuttaa aina, ja negatiivisen viestin vaikutusta on hankala piilottaa. Kun taidot sekä voimat korjaavien liikkeiden tekemiseen puuttuu, tuloksena saattaa olla epätydyttävä lapsen ja nuoren kasvua tuhoava vuorovaikutuksen kehä. (Tilus 2004, 103.)

Sosiaalipedagogisia toimintamalleja on alettu ottaa osana koulun normaalia toimintaa. Se lisää kasvatuksen yhteiskunnallisia yhteyksiä. Toiminnan tavoitteena on antaa lapselle ja nuorelle mahdollisuus ottaa omia voimavarojaan käyttöön aktiivisesti, ja sitä kautta muuttaa mahdollisen passiivisen olemisen mallia. Tuolloin arjesta muuttuu kokonaisuus, jolla voidaan estää lapsen ja nuoren sosiaalisen todellisuuden pirstoutumista ja lapsen syrjäytymistä. (Tilus 2004, 149.)

### 3.4 Pienryhmätoiminta lapsen kasvun tukena

Tutkimme nimenomaan sosiaalipedagogista hevostoimintaa pienryhmätoiminnassa kuntouttavasta ja syrjäytymisen ehkäisevän työn näkökulmasta. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta kuuluu kattotermin Eläinavusteinen työskentely (Animal Assisted Interventions, AAI), joka kuuluu Eläinavusteisen terapia -termin alle. Eläinavusteinen terapia (Animal-Assisted Therapy AAT), on tavoitteellista toimintaa, jossa eläin on osa hoito- tai kuntoutusprosessia. Sen tarkoituksena on ihmisen fyysisen, sosiaalisen, emotionaalisen tai kognitiivisen hyvinvoinnin edistäminen. Se voi olla luonteeltaan yksilö- tai ryhmäterapiaa. Terapialla on selkeät yksilö- ja tilannekohtaiset tavoitteet ja edistymisen seuranta. Eläimen ohjaaja on terveyden tai sosiaalihuoltoalan tai kasvatuksen asiantuntija, jolla on alueen erityinen asiantuntijuus ja eläinavusteisen alan harjoitustutkinto. (Ikäheimo 2013, 10-11.)

Ihmisaivot ovat äärimmäisen monimutkainen kehomme ja toimintamme säätelyjärjestelmä, joka itsekin vaatii säätelyä. Uhan tunnistava ja suojausvasteita käynnistävä aivojemme osa aiheuttaa paljon kärsimystä itselle ja toisille, jos se on kehityksen aikana virittynyt kovin herkäksi. Onnistunut uhkajärjestelmän säätely edellyttää tiettyjä piirteitä aivojen rakenteelta ja kemialta. Nisäkkäiden läheisyyden on osoitettu vaikuttavan aivojen kemiaan, ja sitä kautta koko hyvinvointiimme erityisesti oksitosiinin kautta. Eläinten merkitys korostuu, jos ihmissuhteet ovat eri syistä puutteellisia tai niihin liittyy traumaattisia kokemuksia. (Laukkanen 2013, 22, toim. Ikäheimo).

Turvallisissa puitteissa toteutettu hevostoiminta voi auttaa käytöshäiriöistä lasta tulemaan tietoisiksi omista tunteistaan, sekä sanoittamaan ja hyväksymään niitä. Sen avulla lapsi voi opetella selviytymiskeinoja vaikeita tunteita herättävissä tilanteissa. Kun lapsen omille tunteille löytyy sanoja ikävissä pettymys- ja rajoittamistilanteissa ei käytöshäiriöisen lapsen välttämättä tarvitse turvautua enää esimerkiksi nyrkkeihin yhtä usein kuin aiemmin. Hevostoiminnan etuna on myös hevosen motivoiva vaikutus. Lapsella jolla on käytöshäiriödiagnoosi, on usein myös muitakin oppimisvaikeuksia. Ratsastus parantaa myös lapsen kehon tietoisuutta hevosen liikkeiden tasaisesti toistuvan rytmisen liikestimulaation avulla. Hevosen liikkeistä tuottamat sensoriset ärsykkeet lisäävät lapsen tietoisuutta omasta kehostaan. Myös kehotietoisuuden parantua lapsen kyky erottaa itsensä muista vahvistuu. Näin lapsi oppii ymmärtämään muiden ihmisten ajatuksia, tunteita ja toimintoja paremmin. (Mattila-Rautiainen 2011, 347-348.)

Pienryhmätoiminnassa yhteiskuntaan integroituminen on aina kaksisuuntainen prosessi. Pienryhmän tavoitteena voi olla lapsen tai nuoren sosiaalisten taitojen vahvistaminen, mikä auttaa häntä toimimaan ikätovereidensa kanssa erilaisissa tilanteissa. Pien- ja perheryhmätoiminnassa, kuten muussakin sosiaalipedagogisessa toiminnassa, on kyse sellaisista kasvu- ja oppimisprosesseista, jotka vahvistavat yksilöiden toimijuutta ja elämänhallintaa. Ongelmien ratkaisussa on pohdittava arvo- ja mielekkyys kysymyksiä. Esimerkiksi miten sosiaalisten ongelmien paineessa eläviä ihmisiä voidaan tukea heidän kannaltaan mielekkääseen elämään. Sosiaalipedagoginen työ on paitsi itseapuun rohkaisemista, myös ihmisarvoisen elämän mahdolliseksi tekemistä. (Muhonen, Lallukka & Turtiainen 2009, 11.)

Sosiaalipedagogiikan käytännöissä yhdistetään kasvatus- ja yhteiskuntatieteellistä asiantuntemusta. Pien- ja perheryhmätoiminnassa korostuvat sosiaalipedagogiset interventiot, ennen kaikkea dialogisuus, aktiivinen kuuntelu, seikkailu- ja yhteisökasvatus. Pienryhmässä haetaan uusia käyttäytymismalleja toiminnallisten kokemusten kautta. Pienryhmä tarjoaa mahdollisuuksia uusiin kokemuksiin, jotka vahvistavat itse-tuntemusta. Ryhmän ohjaaja ja ryhmäläiset antavat palautetta onnistumisista, mikä tekee sosiaalisen minän muutoksen mahdolliseksi. Tämä perustuu siihen, että ihminen ei voi määrittää itseään ottamatta huomioon ympärillä olevia sosiaalisia suhteita. (Muhonen, Lallukka & Turtiainen 2009, 12-13.)

Pienryhmissä pyritään tukemaan lasten ja nuorten koulunkäyntiä ja vahvistamaan heidän sosiaalisia valmiuksiaan. On tärkeää, että toiminta tapahtuu vertaisryhmässä, joka koostuu muista saman ikäisistä lapsista tai nuorista. Ryhmien koko on yleensä kolmesta kuuteen lasta, ja ne kokoontuvat yhdessä vuoden ajan viikoittain. Pitkäkestoinen toiminta tekee mahdolliseksi uusien käyttäytymistapojen omaksumisen. Pitkäjänteisyyden lisäksi toiminta on tavoitteellista, lapset ja nuoret laativat yhdessä tavoitteet ryhmän ohjaajan sekä perheiden kanssa. Toiminta perustuu kokemusten ja tunteiden ilmaisuun. (Muhonen, Lallukka & Turtiainen 2009, 14.)

### 3.5 Luonnon voimauttava vaikutus

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta kuuluu Green Care -kattotermin alle, eli luontolähtöisiin menetelmiin, joilla edistetään ihmisten hyvinvointia, elämänlaatua ja tuetaan kuntoutumista. Green Care on luontoon ja maaseutuympäristöön liittyvää ammatillista toimintaa. Ammattialan osaamisen mukaisesti käytetään monia erilaisia eläin- ja luontoavusteisuuden menetelmiä. Esimerkiksi ratsastusterapia ja

sosiaalipedagoginen hevostoiminta, sosiaalinen ja terapeutin puutarhatoiminta, maatilojen kuntouttava toiminta sekä ekopsykologian menetelmät. Toimintaa harjoitetaan tavoitteellisesti, vastuullisesti sekä ammatillisesti. (Green Care Finland. Viitattu 25.5.2019.)

Hyvinvointia lisäävät vaikutukset syntyvät muun muassa luonnon elvyttävyyden, osallisuuden ja kokemuksellisuuden avulla. Toiminta sijoittuu usein luonnonympäristöön tai maatilalle, mutta luonnon elementtejä voidaan tuoda ja käyttää myös kaupunki- ja laitosympäristöissä. (Green Care Finland. Viitattu 25.5.2019.)

Luontoavusteisuus sopii asiakkaille, jotka hakevat keskustelun rinnalle toiminnallisuutta ja yhteisöllisiä kokemuksia. Luontoavusteisista menetelmistä on hyviä kokemuksia monenlaisten ikäryhmien ja kuntoutusasiakkaiden kanssa. Green Care toimintaan on kehitetty myös monenlaisia sovelluksia erilaisia toimintarajoitteita omaaville ihmisille. Green Care toiminta on huomattu sopivan erityisen hyvin asiakkaille, joilla kuntoutumiseen liittyy motivaation ongelmia tai tarvetta uudenlaisten ajattelu- ja toimintatapojen löytämiseen. Uuden oppiminen ja taitojen harjoittelu mahdollistuu usein luontoympäristössä, jossa tarjolla on monen tasoisia tehtäviä. Käytännön tuomat kokemukset voidaan ottaa keskusteluun, ja niiden merkitystä käydään yhdessä läpi. Laitosympäristöissä luontoon liittyvät aktiviteetit tuovat normaalin arkielämän tunnetta ja antavat osallisuuden ja voimaantumisen mahdollisuuksia. (Green Care Finland. Viitattu 25.5.2019.)

On tutkittu, että säännöllinen oleskelu luonnossa vähentää stressiä ja lisää ihmisen kokemusta psyykkisestä terveydestä. Viikoittain enemmän aikaa luonnossa viettävät ihmiset tuntevat enemmän myönteisiä tunteita, sekä heidän on helpompaa hallita kielteisiä tunteita. Joten esimerkiksi maastoratsastus on erityisen hyvää stressinhoitoa. Luonnon kiertokulkua tarkastellessa saamme mittasuhteita oman elämän harmeille, opimme luonnossa rauhoittumaan, sekä löytämään kauneutta ja tarkoituksellisuutta. (Pitkänen 2008, 33.)

Kaikessa Green Care toiminnassa on mukana tavoitteellisuus, joka lähtee ohjaajan ammatillisuudesta. Asiakkaan kanssa lähdetään hakemaan toimivaa vuorovaikutussuhdetta, ja tarvitaan keskinäistä luottamusta vahvistavia yhteisiä kokemuksia. Toiminnallisuus luonnon ja eläinten parissa voi helpottaa ja nopeuttaa myös ongelma-alueiden kartoittamista. Luontolähtöiset menetelmät soveltuvat hyvin fyysisten sekä psykososiaalisten taitojen aktiiviseen harjoitteluun. Kiinnostus tekemiseen vie

mukanaan, ja auttaa uskaltautumaan epävarmuuden äärelle, josta omakohtaisen kasvun mahdollisuudet voivat avautua. (Green Care Finland. Viitattu 25.5.2019.)

Suomessa, Sipoon kunnassa, testattiin vuonna 2016 pilottihanketta yhteistyössä Terveysmetsä-projektin ja avoterveydenhuollon kanssa, jota rahoitti maa- ja metsätalousministeriö. Projektin palaute ja vastaanotto oli innostunutta. Terveysmetsä-projektin tarkoituksena oli, että lääkärit suunnittelivat yhdessä luonnon hyvinvointi vaikutuksia tutkineen professorin kanssa potilasryhmät, joille määrättiin erilaisia metsäretkiä ja luontolähtöistä toimintaa osaksi kuntoutusta. Potilaat kävivät erilaisissa metsissä, avosuolla, korkeilla näköalapaikoilla ja viljelysmaisemissa sekä hevostallilla useita kertoja syksyn ja talven aikana. Näitä metsäkylpyjä määrättiin muun muassa stressin, masennuksen ja aikuistyyppin diabeteksen hoitoon. Tutkimustiedon valossa luonnolla on kuntouttava ja ennaltaehkäisevä vaikutus moneen terveysongelmaan. Myönteiset tulokset näkyivät asiakkailla muun muassa pulssissa, verenpaineessa ja veren sokeritasapainossa ja stressin vähenemisessä. (Potilaan lääkärilehti, 30.6.2016. Viitattu 25.5.2019.)

### 3.6 Eläin voi auttaa fyysisesti ja psyykkisesti

Varhaiset tutkimukset etenkin 1980-luvulla lemmikkieläinten terveysvaikutuksista keskittyivät sydän- ja verisuonitautien vaaratekijöiden, ja jo todetun sepelvaltimotaudin ennusteen eroihin lemmikkejä omistavien ja omistamattomien kesken. Silloin tutkittiin myös eläinten läheisyyden välittömiä vaikutuksia verenkierron tilaan. Kyseessä oli lääketieteellinen osa-alue, jossa psyykkisten tekijöiden merkitys sairauden kulkuun oli jo tunnistettu. Tiedettiin elimistön stressivasteiden voimakkaat yhteydet autonomiseen hermostoon, joka puolestaan säätelee verenkiertoa. Toisaalta verenkierron osatekijöitä ja niiden muutoksia kuten sykettä, verenpainetta ja ihon lämpötilaa oli helppo rekisteröidä. Rungas sepelvaltimosairastavuus ja siihen liittyvä vilkas tutkimus mahdollisti laajojen potilasmateriaalien keräämisen. (Laukkanen & toim. Ikäheimo 2013, 30.)

Eläinten hyvää tekevä vaikutus ei ole pelkästään fyysinen. Kaltoin kohdellut ja traumatisoituneet lapset ovat monesti kokeneet ihmissuhteissaan karvaita pettymyksiä, että he suhtautuvat ihmisiin varautuneesti. He saattavat reagoida toisten

kärsimykseen ja pahaan oloon torjuvasti tai jopa vihamielisesti, koska sen näkeminen herättää sietämättömiä muistikuvia omista traumaista. Tästä huolimatta - tai ehkä juuri siksi - kiintymys eläimeen voi olla merkittävä psyykkisen tervehtymisen elementti. Monet kokeneet sijaisvanhemmat tai perhekotien työntekijät kertovat, että eläimestä voi tulla täysin lukkiutuneelle lapselle ensimmäinen elävä olento, jolle tämä osoittaa helliä tunteita ja saattaa ottaa luotettavaksi kokemansa eläimen suorastaan uskotukseen. Eläimet voivat siis toimia lapsen eheytyksen tukena. (Sinkkonen & toim. Ikkäheimo 2013, 43.)

McNicholson ja Collinsin (1995) tutkimuksessa, jossa tutkittiin lemmikkien vaikutusta autistisiin henkilöihin, huomattiin eläimen läsnäolon myönteisiä vaikutuksia. Tutkimuksessa perheiden äitejä pyydettiin kuvailemaan autistisen henkilön käyttäytymistä suhteessa äitiin itseensä, toiseen tärkeään ihmiseen sekä lemmikkieläimeen. Käyttäytymistä arvioitiin seuraavilla ulottuvuuksilla: tervehtiminen, läheisyyden tavoitteleminen, lohdutuksen antaminen ja saaminen, luottaminen, leikkiminen, herkkyys toisten tarpeille, toveruus ja konfliktit. Lisäksi selvitettiin lemmikkieläimen käyttäytymistä autistisen henkilön kanssa. Haastattelujen perusteella autistisesti käyttäytyvät henkilöt hakivat lemmikkieläimiltään sellaista toveruutta, lohtua ja luottamusta, mitä he eivät hakeneet muilta perheenjäseniltä. He myös olivat herkempiä eläimen tarpeille ja tunteille, eikä tämä vuorovaikutussuhde pitänyt sisällään aggressiivisuutta. Nämä autistisesti käyttäytyvät henkilöt näyttivät lisäksi selvästi nauttivan eläimen kanssa kosketuksissa olemisesta, vaikka he eivät halunneet tulla kosketetuksi tai halatuksi toisen ihmisen toimesta. Tutkijoiden mukaan tulosten perusteella voidaan todeta, että autistisesti käyttäytyvät henkilöt saattavat olla kykeneviä luomaan lemmikkieläimiin läheisille vuorovaikutussuhteille ominaisen yhteyden, jollaista he eivät kykene saamaan muihin perheenjäseniin tai kanssaihmissiin. (Viinamäki, 2005. 18. Viitattu 25.5.2019.)

Suurin osa psyykkisestä pahoinvoinnista ihmisillä johtuu siitä, ettei hän löydä paikkaansa yhteisössään ja hän kokee elämänsä merkityksettömäksi. On raskasta olla henkilö jota kukaan ei tarvitse. Esimerkiksi hevosta hoitaessaan ihminen voi kokea olevansa tarvittu ja hän joutuu ottamaan vastuuta avuttomasta eläimestä, sen hyvinvoinnista ja turvallisuudesta. (Pitkänen 2008, 38.)

Masentunut ratsastaja voi saada kokemuksen omiin piilossa oleviin tunteisiinsa hevosen kanssa toimiessa. Hevosessa ihminen kohtaa ystävänsä ja kumppanin, joka ottaa

kaikki tunteet vastaan analysoimatta, arvottamatta tai tuomitsematta niitä. Hevonen voi rohkaista masentunutta henkilöä oppimaan jotakin uutta. Masentunut ei tyypillisesti pysty tai kykene näkemään elämässä mitään tavoittelemisen tai toivomisen arvoista. Ratsastus voi synnyttää masentuneessa innostuneita ja valoisia ajatuksia omien taitojen kehittämisestä ja omien voimavarojen paremmasta hallinnasta elämässä. (Pitkänen 2008, 39.)

Erilaiset minäkuvan häiriöt ovat masennuksen lisäksi tyypillisiä suomalaisten mielen-terveysongelmia. Heikkoon minäkuvaan liittyvät vaikeudet aiheuttavat ihmiselle pettymyksiä ja negatiivisia tunteita, ja se vaikeuttaa myös keskittymiskykyä ja hankaloittaa ihmisten sosiaalisia suhteita. Nykyään julkisuudessa paljon korostettu narsismi on ääriesimerkki, aikuisten minäkuvahäiriö. Paljon tyypillisempiä minäkuvan häiriöitä on ylikorostunut epävarmuus, huomionhakuisuus, riippuvuus läheisistä, estyneisyys, eristäytyneisyys ja jatkuva varuillaan olo sekä luottamuksen puute. (Pitkänen 2008, 40.)

Vaikka ihminen ei kärsisi vakavasta persoonallisuushäiriöstä, voi silti hänellä olla vakavia itsetunto-ongelmia. Minäkuvan vahvuus vaikuttaa siihen, miten pystymme kohtaamaan esimerkiksi hevosen vuorovaikutustilanteessa. Jos minäkuva on heikko, ihminen luovuttaa herkästi vaikeuksien tullessa eteen, eikä kykene ratkaisemaan ongelmaa pitkäjänteisesti ja rakentavasti. Tuolloin ihminen on myös alttiimpi toisten ihmisten arvostelulle, sekä hänen saattaa olla vaikea muodostaa omaa mielipidettään asioista tai sitten hän pitäytyy omissa ajatuksissaan turhankin sitkeästi. Heikosta minäkuvasta kärsivä henkilö saattaa myös peittää tunteensa järkeilyllä, ja tuolloin hän yrittää hakea järkiperusteluja kaikille ratkaisuilleen, jolloin hänen on vaikea hyväksyä tunteidensa vaikutusta itseensä. (Pitkänen 2008, 41.). Hevonen voi ohjata myös sen hoitajaa ja ratsastajaa luottamaan enemmän itseensä ja kykyihinsä. Se voi auttaa myös ilmaisemaan tunteita rehellisemmin ja aloitteellisemmin. Hevonen pitää hillityn jämäkästä käytöksestä ja sen luomasta ilmapiiristä, joka luo turvallisuuden tunteen. Tämän takia hevonen voi olla haasteellinen kumppani liian aralle, vetäytyneelle tai väistelevälle ihmiselle. Myös sellaiselle joka käyttää pakonomaisesti valtaa tai käyttäytyy ylimielisesti eläintä kohtaan, tällöin hevonen muuttuu usein mahdottomaksi kumppaniksi. (Pitkänen 2008, 42.)

Ihmiselle pahin rangaistus on vankila ja lajitovereista erottaminen. Sama koskee myös hevosta. Tämä kertoo lajimme yhteisestä luonteesta ja siitä, että hevonen

sekä ihminen ovat hyvin sosiaalisia olentoja. Myös hevosten laumakäyttäytymisessä on paljon samoja piirteitä mitä ihmisyhteisöissäkin (Pitkänen 2008, 46.)

Hevoset ovat auttaneet Suomessa kouluuyhteisöistä pudonneita nuoria ja lastensuojelun asiakkaita. Suomen ratsastajaliitto on saanut opetusministeriön tukea vuonna 2001 alkaneeseen sosiaalipedagogisen hevostoiminta hankkeeseen, jolla pyritään ehkäisemään lasten ja nuorten syrjäytymistä. Henkilöille joilla on sosiaalisten tilanteiden kanssa ongelmia, kuten päihde- ja käytösongelmia, hevonen ja talliympäristö ovat antaneet heille mahdollisuuden opetella yhteisön sääntöjä ja rajoja, sekä vaikeiden tunteiden sietämistä ja niiden kohtaamista yhteisössä. (Pitkänen 2008, 46.)

Hevosen tarjoama yhteisöllinen terapeuttisuus perustuu siihen, että se antaa ihmiselle rehellistä ja välitöntä palautetta siitä, miten ihminen toimii yhdessä muiden kanssa. Arka, estynyt ja ihmisiin pettynyt henkilö voi löytää uutta rohkeutta ja aktiivisuutta, sekä aggressiivinen ja sosiaalisesti ylivilittynyt voi löytää mukavampia malleja toimia yhdessä muiden ihmisten kanssa. Usein myös hevosen sosiaalinen palaute on helpompi ottaa vastaan kuin ihmisten antama palaute. Vuorovaikutus hevosen kanssa syntyy helpommin ja luonnostaan, kuin taas kontaktin saaminen nuoreen voi normaalein menetelmin olla hyvinkin pitkä ja vaativa prosessi. Hevostoiminta parantaa etenkin lapsen ja nuoren vuorovaikutus- ja tunnetaitoja. Toimiessaan hevosen kanssa lapsi tai nuori oppii eläytymään toisen yksilön tunteisiin, tunnistamaan myös omia tunteitaan ja ratkaisemaan itsenäisesti emotionaalisia ristiriitoja. Nuoren itse-tunto kasvaa, kun hän löytää mielekästä tekemistä itselleen ja huomaa että eläin arvostaa häntä omana itsenään. (Pitkänen 2008, 46-47.)

Nuori voi rakentaa myös turvallisia sosiaalisia tunnesuhteita hevosten lisäksi tallilla työskenteleviin ihmisiin. Hevosen välityksellä lapsen ja nuoren on helppo käsitellä aiheita joita ei muuten välttämättä tulisi puhuttua ääneen. Sen vuoksi sosiaalipedagoginen hevostoiminta vaatii aina kokeneiden aikuisten läsnäoloa, koska pelkkä tallilla olo ei takaa toiminnan rakentavuutta. (Pitkänen 2008, 47.)

Jotta eläinavusteinen toiminta ja -terapia saisi tarvitsemansa kunnioituksen, tarvitaan lisää tutkimustietoa, toteaa Ikkäheimo (2013). Uusi lähestymistapa tai menetelmä tullaan vielä hyväksymään ja arvostamaan ammattipiireissä, mutta siihen vaaditaan lisää tutkimusnäyttöä. Ammatillaiset voivat törmätä lauseeseen ”Uskon, että siitä on hyötyä, mutta näyttö puuttuu”. Jotta saa uskottavuuden, täytyy olla runsaasti tutkimuksen antamaa tietoa, joka on hankittu hyvillä ja luotettavilla



menetelmillä. Eläimen ja ihmisen suhdetta käsittelevässä Anthrozoos-lehdessä on julkaistu arvokas meta-analyysi, jossa arvioitiin 250 siihen mennessä julkaistua tutkimusta eläinavusteisesta terapiasta. Myönteistä vaikutusta oli todettavissa näiden tutkimusten perusteella neljällä eri alueella: autismissa (ja autismin kirjon häiriöissä), käyttäytymisen ongelmissa, somaattisissa sairauksissa ja psyykkisissä häiriöissä. Kaikissa ikäryhmissä verrattuna lapsiin, myönteinen vaikutus ei ollut aivan yhtä selkeän johdonmukaista, vaikka se olikin myönteistä. Tutkijat pohtivatkin, että mahdollisesti lapset hyväksyvät eläimen vaikutuksen parhaiten. Yleinen johtopäätös meta-analyysissä oli, että eläinavusteinen terapia on hyödyllistä, joten sitä ja sen tutkimista kannattaa jatkaa. Tästä syystä uusi väittämä, puhuttaessa eläinavusteisesta työstä, on syytä ottaa käyttöön ”Uskon, että siitä on hyötyä ja näyttöä alkaa vähitellen olla”. Elämän käytännössä antama kokemus ja tutkimuksen antama tieto ovat samansuuntaisia ja vahvistavat toisiaan. (Ikäheimo, 2013, 8.)

Eläinavusteinen työ sosiaalipedagogiselta näkökannalta on alettu tiedostaa entistä varteen otettavammin viime vuosina myös Suomessa. Muualta maailmasta on jo laajaa tutkimustietoa eläinten kuntouttavasta ja voimaannuttavasta vaikutuksesta, puhumattakaan eläinten kanssa työskentelyn terveydellisistä vaikutuksista erityisesti ihmisen psyykelle. (Ikäheimo 2013, 5-7).

Eläimet ovat kautta ihmiskunnan historian olleet tärkeä osa elämäämme. Paitsi ravintona ja apuna kuljetuksissa, liikkumisessa, metsästämisessä ja vartiointissa, ne ovat myös toimineet - ja toimivat edelleen - kumppaneina sekä turvan ja lämmön lähteinä. Monilla meistä on varmasti mielikuvia siitä, miten koskettava jonkun eläimen katse saattaa olla. Kyynisimmät sanovat, että ilmettä on hiottu vuosituhannet suuntaan, joka maksimoi makupalan saannin mahdollisuuden. Kuitenkin katsekontakti oikealla hetkellä on ehkä ollut sen hengen pelastava hetki. Ihmiselle se voi puolestaan antaa syvän tunteen läheisyydestä ja yhteenkuuluvuudesta, joka auttaa jaksamaan elämän haasteiden keskellä ajalehtimistä. Turvallinen läheisyys on meille kaikille elintärkeä tarve. (Laukkanen & toim. Ikäheimo 2013, 35.)

### 3.7 Hevonen on suora ja rehellinen opettaja

Herkkä hevonen antaa lapselle välitöntä palautetta hänen toiminnastaan heijastelemalla lapsen omaa käytöstä. Esimerkiksi jos lapsi harjaa hevosta levottomasti liikehtien ja hätäisin harjan vedoin, niin hevonen alkaa liikehtimään myös levottomasti

hoitohetken aikana. Ohjaajan ohjatessa lasta rauhallisempiin otteisiin ja liikkeisiin, hevonen asettuu nauttimaan häneen kohdistuneesta hoidosta ja huomiosta. Näin lapsi näkee konkreettisesti toimintansa seuraukset ja oppii siten oman käyttäytymisensä vaikutukset ympäristöönsä. (Mattila-Rautiainen 2011, 363)

Työskennellessä käytöshäiriöisten lasten kanssa on hevosen valintaan kiinnitettävä erityistä huomiota. Jotta lapsi tuntee olonsa turvalliseksi, on hevosen oltava rauhallinen ja vakaa. Jotta hevonen toimisi lapsen peilinä mielialan vaihteluissa, hevosella tulee olla herkkyyttä ja pyrkimystä hakeutumaan vuorovaikutukseen. Joskus pieni poni ei ole käytöshäiriöiselle lapselle paras valinta, vaan kookkaampi hevonen ja sen mukanaan tuoma auktoriteetti on parempi valinta. (Mattila-Rautiainen 2011, 369.) Hevonen itsessään on kokonsa ja liikkeittensä takia vahvasti fyysinen, se antaa runsaasti aistiärsykeitä olemalla vahvasti ja isosti lähellä, sekä sitä kautta omaksuen myös fyysistä auktoriteettia. Hevosen koon, ja vakaan, rauhallisen käyttäytymisen tuoma auktoriteetti on rajattomien lasten kanssa hyvä lisä auttamaan lasta rauhoittamaan ja omaksumaan sääntöjä. (Mattila-Rautiainen 2011, 384.)

Oppiminen on koko ajan läsnä hevostoiminnassa. Talliympäristössä tapahtuu valtava määrä kokonaisvaltaista ja kokemuksellista oppimista. Oppimisen perustana on motivaatio hevosen kanssa toimimiseen. Hevostoiminnassa mukana olevilla lapsilla on yleensä vahva motivaatio toimintaan. Hevosen kanssa oppiminen on mielenkiintoista, monipuolista ja vaihtelevaa. Erilaiset käytöshäiriöt ja oppimisvaikeudet tuovat lapselle omia haasteita, tämänkaltaisilla lapsilla on usein huono kuva itsestään oppijoina. Lapsi on usein kokenut ja kuullut paljon negatiivista palautetta toiminnastaan, mikä on voinut viedä lapselta uskon itseensä, omiin kykyihinsä ja haluun opetella. Usein tällaisilla lapsilla saattaa olla keskittymisvaikeuksia, mutta hevosen kanssa toimiminen vaatii kuitenkin aina keskittymistä ja tarkkaavaisuutta. Hevostoiminnassa on paljon mahdollisuuksia vahvistaa nuoren ja lapsen oppimiskokemusta, ja löytää myös uuden oppimisen ilo. (Mattila-Rautiainen 2011, 385.)

Hevostoiminnan vahvuus on talliympäristössä. Oppimisympäristönä tallilla vallitsevat selkeät säännöt, struktuuri ja toimintatavat, jotka ovat lähtöisin hevosen hyvinvoinnista ja turvallisuudesta, kun niiden kanssa työskennellään. Säännöt ja toimintatavat ovat myös helposti tallilla perusteltavissa, jos nuori tai lapsi kyseenalaistaa toimintatapoja. Hevonen motivoi myös huolenpitoon ja tallitöiden tekeminen on tavoitteellista työtä toisen hyväksi. Niinpä lapsen toimintakyky ja oma-aloitteisuus saavat jatkuvaa harjoitusta talliympäristössä ja tallitouhuissa. Motorinen oppiminen lisää myös

itsetuntemusta ja sitä kautta vahvistaa lapsen itseluottamusta. Hevostoiminnan avulla voidaan saada monenlaista oppimista aikaan, ja sitä kautta lapsessa alkaa tapahtua positiivista muutosta käyttäytymisessä. (Mattila-Rautiainen 2011, 385.)

Ihmisten vuorovaikutus on hyvinkin monimutkaista ja se tuottaa usein ihmisille stressiä ja ahdistusta. Ihmisten on välillä vaikea hyväksyä toisiaan ja toisten tunteita. Eläin sen sijaan antaa ihmiselle mahdollisuuden kokea puhtaita ja yksinkertaisia tunteita, eikä hevosen kanssa tarvitse pelätä torjutuksi tai väärinymmärretyksi tuleamista. Vuorovaikutus hevosen kanssa voi myös rohkaista ihmistä ilmaisemaan sellaisiakin tunteita joita ei aina toisille ihmisille uskalla näyttää, sekä sitä kautta ihminen voi saavuttaa aidomman yhteyden omiin tunteisiinsa. Uskallamme ilmaista eläimelle sellaisia tunteita, joita pelkäämme, että muut ihmiset pitää naurettavina tai tyhminä. (Pitkänen 2008, 13.)

Hevosen lisäksi ihmisillä muitakin tärkeitä seura- ja kotieläimiä. Terapeutit kertovat, että hevonen on kuitenkin ainutlaatuinen eläin niiden äärimmäisen herkän ruumiin-kielensä, rikkaan tunneviestinnän ja pitkälle kehittyneiden sosiaalisten kykyjen takia. Hevonen on suora ja rehellinen, mutta saman aikaisesti lempeä ja rohkaiseva peili ihmisen tunnemaailmalle. Hevonen kommunikoi väsymättä ja se ohjaa sekä palkitsee käytöksellään aitoon vuorovaikutukseen hakeutuvaa ihmistä. Samalla esimerkiksi terapeutti saa totuudenmukaisen kuvan asiakkaan tunnemaailmasta ja prosessin kulusta. Tällainen kyky on syntynyt hevoselle niiden lajiominaisuuksien ansiosta. Hevonen on herkkä pakoeläin ja sen on täytynyt luonnossa havainnoida äärimmäisen tarkasti ympäristöään. Hevonen on laumaeläin ja sosiaalisten taitojensa takia pyrkii tarkkailemaan myös lajitovereidensa tunneviestintää, se on yksi hevosen selviytymiskeinoista. (Pitkänen 2008, 18.)

Terapiaeläimeksi hevonen sopii myös siksi, että se on todella kiinnostunut ympäristöstään ja muista eri lajeista. On havaittu, että villoina elävät hevoset ja niiden laumat muodostavat suhteita toisiin eläimiin, esimerkiksi lintuihin. Luultavasti ihminen on ollut alun perin hevosen yksi niistä lajeista, joiden kanssa hevonen on hakeutunut vuorovaikutukseen. (Pitkänen 2008, 19.)

Tallilla toimeentuloon vajonnut ihminen oppii toimimaan yhteisten tavoitteiden mukaisesti ja noudattamaan tallin sääntöjä. Myös keskittymiskyky vahvistuu koska muuten ei hevosenhoito suju. Tallilla omiin maailmoihin vaipuminen on jokseenkin mahdotonta, läsnäolo on äärimmäisen tärkeää hevosten kanssa. Hevonen ottaa

ihmiseen aktiivisesti kontaktia ja on kiinnostunut hänen tunnemaailmastaan, sekä antaa siitä palautetta omalla käyttäytymisellään. Hevonen ei pelkäästiän myötäelä asiakkaan mielentilan mukana vaan se vaatii käsittelemään tunteitaan ja menemään eteenpäin. Hevosen käytöksen ja reaktioiden on todettu muuttuvan asiakassuhteen aikana. Esimerkiksi arkaa asiakasta käytöksellään rohkaissut hevonen saattaa asiakassuhteen edetessä muuttua vaativammaksi. (Pitkänen 2008, 21.)

Aluksi ihminen pyrkii ensikertaa hevosen tavatessaan rakentamaan suhdetta hevoseen samanlaisin keinoin kuin ihmisiinkin. Ihminen saattaa käyttäytyä esimerkiksi hyvin vetäytyvästi tai aggressiivisesti, kuitenkin hevonen usein kieltäytyy käytöksellään hyväksymästä näitä ongelmallisia käytösmalleja, ja vaatii ihmistä parantamaan itseilmaisuaan. Hevonen on usein päättäväinen tunnekoulussaan, ja asiakas saattaa kokea aluksi voimakkaita avuttomuuden, hämmennyksen, turhautumisen, pelon ja jopa vihan tunteita. Kuitenkin kun voimakkaat tunnereaktiot nousevat esiin asiakas päätyy miettimään ohjaajansa kanssa hevosen reaktioiden syitä, ja tunneilmaisunsa vaikutusta hevoseen, sekä sitä kuinka hän voisi toimintaansa muuttamalla ratkaista tilanteen. Kun ihminen lopulta uskaltaa ilmaista itseään rehellisesti ja toimivasti, hevonen palkitsee hänet usein välittömästi. Yhteistyö muuttuu pikkuhiljaa sujuvammaksi ja antoisammaksi, ja niin olisi tarkoitus myös käydä asiakkaan ihmissuhteissakin. (Pitkänen 2008, 21.)

Haastavien käytöshäiriöisten lasten kanssa työskentelyssä hevoselta vaaditaan paljon, koska mikä tahansa hevonen ei sovellu esimerkiksi terapiahevoseksi. Hyvä terapiahevonen osaa muuttaa käyttäytymistään asiakkaan mukaan, ymmärtää vaihtelevien vuorovaikutustilanteiden vaatimukset ja muuntautuu niihin. Hevoselta vaaditaan herkkyyttä, mutta kuitenkin liian herkkä hevonen ei saa olla. (Pitkänen 2008, 24.)

Monet hevosihmiset ovat kokeneet hetkiä, jolloin hevonen on auttanut selviämään vaikeista elämäntilanteista. Hevonen on hyvä tunnepeili myös tavallisellekin ratsastajalle. Hevosen kanssa saadaan itsetuntoa kohentavia onnistumisia, sekä joudumme kohtaamaan oman psyykkisen kapasiteettimme rajoja, kuten käsittelemään pelon ja epävarmuuden tuntemuksia joita välillä hevosharrastus tuottaa. Usein arkielämässä pyrimme valitsemaan sellaisen hevosen, joka puhuttelee meidän tunteitamme. Myös monessa hevosavusteisessa toiminnassa asiakkaan annetaan itse vaikuttaa hevosen valintaan. Monille asiakkaille syntyy erittäin syvällinen suhde hevoseen jonka kanssa he työskentelevät. (Pitkänen 2008, 27.)

Hevonen vaati ihmisen keskittymään läsnäolollaan siihen ja läsnäolevaan hetkeen, jolloin ihminen irrottaa ajatuksensa hetkiksi kriisiytyneestä elämäntilanteestaan. Irrottautumisen jälkeen hän saa tilaisuuden katsella omaa elämäänsä hiukan etäämmältä. Suurten muutosten keskellä tallilla puuhastelu voi antaa ihmiselle oman pienen maailmansa, joka koostuu samoista pysyvistä rutiineista ja samalla ja elämänuskoa luovat uudet haasteet. Hevonen voi auttaa kriisissä myös silloin kun ihminen yrittää kieltää sen. Joskus ihminen on niin taitava piilottamaan hämmennyksensä ja uupumuksensa, että onnistuu peittämään sen ympäristöltä, ja välillä jopa itseltään. Vasta hevosen yhtäkkinen outo ja erikoinen käytös, sekä kommunikaatio-ongelmat sen kanssa voivat johdattaa ihmisen todellisten tunteidensa luo. Usein oudosti käyttäytyvä, säikky, vastahakoinen tai huolimaton hevonen osoittaa reaktiollaan ihmisen väsymystä ja keskittymisvaikeuksia. Kuitenkin hevonen motivoi kriisin ja haasteiden keskellä kamppailevaa ihmistä ulos neljän seinän sisältä liikkumaan ja oleskelemaan luonnossa. Kriisin keskellä ihminen voi unohtaa huolehtia itsestään ja elämän perustarpeista. Jos tallille meno on niitä harvoja asioita, joiden vuoksi jaksaa mennä ulos, siitä todella kannattaa pitää kiinni. (Pitkänen 2008, 35.)

Ratasastusterapiaa tutkittaessa on todettu, että eläimen koskettaminen, tunnevuorovaikutus, sen kanssa vähentävät tehokkaasti masentuneen ihmisen kokemaa stressiä. Hevosen osoittama kiinnostus ihmiseen ja sen hyväksyvä fyysinen läheisyys lievittävät masentuneen tunteita omasta sivullisuudestaan ja huonommuudestaan. Hevonen ohjaa käytöksellään myös ihmistä aloitteelliseen tunteiden ilmaisuun, sekä irrottaa ihmisen negatiivisista ajatuksista. Pelkästään hevosen selkään nouseminen pakottaa asiakasta näkemään maailman muustakin näkökulmasta kuin omastaan. (Pitkänen 2008, 37.)

Hevosen kanssa puuhaaminen nostaa alavireisen ihmisen energiatasoa. Hevonen reagoi ihmisen väsyneeseen ja passiiviseen olemukseen imemällä itseensä ratsastajan energianpuutteen, hevonen saattaa jopa lakata täysin liikkumasta. Masentuneen on siis toimittava aktiivisesti, jos hän haluaa saada hevoseen liikettä. Toisaalta joskus hevonen voi herätellä masentunutta käyttäytymällä yliaktiivisesti, jolloin se lähes pakottaa ratsastajan valpastumaan. (Pitkänen 2008, 37.)

Yhä lisääntyvässä määrin ratsastusterapia on saanut ansaitsemaansa arvostusta. Nykyinen tilanne kuitenkin Suomessa on, että Kelan puolelta ratsastusterapia nähdään vain osana fysio- tai toimintaterapeuttista kuntoutusta. Psykkisesti ja sosiaalisesti

oireilevien lasten ja nuorten mahdollisuus päästä ratsastusterapiaan ei toteudu yhtä laajasti kuin fyysisesti vammaisten lasten kohdalla. Toivottavasti rahoitus tulee jatkossa tasa-arvoisemmaksi ja sitä kautta myös lastensuojelun tarpeisiin saadaan toimiva terapiamuoto sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta. (Palola & toim. Ikäheimo 2013, 169.)

#### 4 Tutkimuksen muoto

Opinnäytetyömme on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus, joka tehdään teema-haastattelun keinoin ja soveltaen löyhästi fenomenologista menetelmää. Opinnäytetyön tarkoitus on haastatella lasten vanhempia jotka ovat käyttäneet Aika-tallin sosiaalipedagogisen hevostoiminnan Erityisen ihanien tyttöjen -ryhmän toimintaa, ja selvittää minkälaista apua toiminnasta on ollut perheen ja lapsen omassa arjessa, sekä minkälaisissa tilanteissa kehitystä lapsessa on näkynyt.

Opinnäytetyön tavoite on selvittää minkälaista hyötyä toiminnasta perhe ja lapsi on saanut, sekä havaita minkälaisiin haasteisiin sekä niiden työstämiseen toiminta sopii. Tutkimme sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikuttavuutta heidän perheiden ja läheistensä näkökulmasta. Tarkastelun kohteena on myös pienryhmätoiminnan positiiviset vaikutukset lasten osallisuuteen, syrjäytymisen ehkäisyyn, kaveritaitojen vahvistamiseen ja itsetunnon parantamiseen.

##### 4.1 Tutkimuksen kuvaus

Aloitimme tutkimuksen suunnittelun tutustumalla Aika-tallin toimintaan tarkemmin, sekä osallistuimme Erityisen ihanien tyttöjen -ryhmään avustajina muutaman kerran. Nooralle monet ryhmän jäsenistä, ja toiminnasta, olikin jo erittäin tuttuja, mutta Annalla ei ollut kokemusta ryhmistä ollenkaan. Sen vuoksi päätimme aloittaa tutkimuksen suunnittelun tutustumisella ryhmään ja tallin toimintaan tarkemmin. Tämän jälkeen suunnittelimme yhdessä keskeisiä teemoja, joiden pohjalta lähdimme rakentamaan haastattelukysymyksiä. Pyrimme myös valitsemaan sellaisia kysymyksiä (Liite 3), joista mahdollisesti ilmenneitä tuloksia, ja uutta tietoa, voisi välittää myös eteenpäin erilaisille lapsen terveyttä ja kasvua tukeville tahoille, kuten terveydenhoidon ammattilaisille sekä koulumaailmaan.

Teimme myös Aika-tallille mainoksen (Liite 1) tulevasta tutkimuksesta erityisen ihanien tyttöjen -ryhmään, jota jaettiin Aila Kajanderin sähköpostin avulla lasten vanhemmille ja kasvattajille. Jaoin myös jokaiselle ryhmässä kävijälle mukaan ryhmän kokoontumisen lopussa paperisen mainoksen kotiin vietäväksi.

Yhteydenottoja tai yhteydenottopyyntöjä saimme yhteensä kuusi, joista tapaaminen toteutui yhteensä viiden vanhemman kanssa. Sovimme haastattelutapaamiset joko Aika-tallin tiloihin tai jonnekin muualle vanhemmalle sopivaan paikkaan. Halusimme tarjota vanhemmille mahdollisimman vaivattoman tavan osallistua haastatteluun ja pyrimmekin useamman vanhemman kohdalla tekemään haastattelut tallin yksityisissä tiloissa, samaan aikaan Erityisen ihanien tyttöjen -ryhmän aikana, jolloin vanhempi itse toisi lapsensa muutoinkin tallille ryhmää varten.

Suunnittelimme haastattelutilanteet etukäteen siten, että pyrimme tarjoamaan vanhemmille kahvia, teetä ja jotakin pientä pureskeltavaa haastattelujen ajan, jotta haastattelutilanne olisi mahdollisimman miellyttävä ja mukava vanhemmille. Pyrkimys oli luoda vanhemmalle mahdollisimman rento tunnelma ja mukava rupatteluhetki. Näin ollen pyrimme myös kysymysten ilmaisussa rentouteen ja vapaaseen saamaan, jossa vanhempi saa siis kertoa kysymysten lomassa mitä vain mikä mieleen juolahtaa. Emme siis halunneet rajata keskustelun kulkua ja aiheita liikaa, joten välillä poikkesimme hieman kysymyksistä, tai aiheesta hetkellisesti, minkä olimme ottaneet huomioon aikataulua suunnitellessamme. Mielestämme tämäkin myös rentoutti haastattelutilannetta, ja antoi samalla mahdollisuuden vanhemmalle kertoa jotakin sellaista mitä emme erikseen olisi osanneet välttämättä kysyä lapsen ja perheen kehityksestä hevostoiminnan avulla.

Haastattelutilanteet kestivät noin 30-60 minuuttia. Yhtään haastattelua emme joutuneet keskeyttämään ajan puutteen vuoksi, vaan olimme yhdessä sopineet riittävän pitkät ajat haastattelun kestolle. Nauhoitimme jokaisen haastattelun myöhempää tulosten keruuta varten, sekä jokaisen haastattelun alussa allekirjoitimme vaitiolovelvollisuuteen ja tutkimukseen liittyvän sopimuksen (Liite 2) yhdessä vanhemman kanssa.

Haastattelujen jälkeen litteroimme nauhoittamamme haastattelut, jotta pääsimme tarkastelemaan haastattelusta ilmenneitä tuloksia tarkemmin. Sen jälkeen alkoi tulosten kirjaaminen opinnäytetyöhön.



## 4.2 Laadullinen tutkimus

Tässä luvussa syvennymme tarkemmin eri tutkimusmenetelmiin, joita opinnäytetyömme aikana käytimme. Teimme laadullisen tutkimuksen, jossa pyrimme syvähaastattelun keinoin tutkimaan aihetta, sekä löyhällä otteella jäljitellä fenomenologista menetelmää. Kysymykset vanhemmille olimme laatineet teemahaastattelun tapaan. Nauhoitimme puhelinten nauhureilla kaikki haastattelut, jotka myöhemmin litte-roimme haastattelun tuloksien keruuta varten.

Kvalitatiivisessa yhteiskuntatutkimuksessa tutkijan etukäteen laatimien kysymysten asemasta tutkimushenkilöt saavat suhteellisen vapaamuotoisesti kertoa aihealueeseen liittyvistä kokemuksistaan ja mielipiteistään esim. syvähaastatteluissa tai ryhmätilanteessa. Tämä niin sanottu ymmärtävä menetelmä antaa mahdollisuuden kar-toittaa yhteiskuntailmiöitä niiden kaikessa rikkaudessaan. Sitä käytetään joko itsenäisenä tutkimusmenetelmänä tai yhdessä kvantitatiivisen tutkimuksen kanssa. (Tilasto-keskus 2019.) Mielestämme on perusteltua käyttää tutkimuksessamme laadullisen tutkimuksen menetelmiä, koska haastateltavien eli asiakaskuntamme Aika-tallilla on melko pieni. Lisäksi haluamme saada arvokasta kokemustietoa, joka välittyy parhaiten kuuntelemalla, keräämällä tietoa ja kysymällä tarkentavia kysymyksiä. Laadimme kysymyksiä, mutta syvähaastattelussa keskustelu on usein tilannekohtaista ja riippuu paljon haastateltavasta. Ohjaamme haastattelua tietysti tutkimuksemme viitekehyksen puitteissa, mutta tilaa jää myös spontaanille keskustelulle ja haastateltavan ajatuksille.

Fenomenologinen tutkimusstrategia korostaa kokemusta, aistihavaintoja ja niihin perustuvaa ymmärryksen muodostumista tutkimuskohteesta. Fenomenologinen tutkimusstrategia voi toisaalta painottua tutkijan itsensä ja tutkijan omien kokemusten ja ymmärryksen muodostumisen tarkkailuun, jota hyödyntämällä tutkimuskohteesta pyritään löytämään sen keskeinen olemus. Tavoitteena on oman välittömän kokemuksen kautta tuottaa tutkimuskohteesta syvällistä tietoa. Tutkimuksessa kohdetta kuvataan ja analysoidaan tutkimusprosessin aikana muodostuneiden kokemusten avulla. Toisaalta fenomenologinen tutkimusstrategia voi painottua tarkastelemaan muiden ihmisten kokemusta ja ymmärryksen muodostumista heidän kokemustensa kautta. Molemmissa variaatioissa fenomenologisen tutkimusstrategian lähtökohtana on

tutkijan avoimuus: tutkimuskohdetta pyritään lähestymään ilman ennalta määrättyjä oletuksia, määritelmiä tai teoreettista viitekehystä. Strategian luonteeseen kuuluu pohdiskeleva ote. (Jyväskylän yliopisto 2019.)

Me haluamme ymmärtää sosiaalipedagogista hevostoimintaa asiakkaiden ja heidän perheidensä näkökulmasta, joka tukee fenomenologista tutkimusotetta. Pyrimme ymmärtämään heidän kokemustaan, ja toki nojaamme myös aikaisempaan tutkittuun tietoon, mutta kyseessä on kuitenkin yksilöiden ja heidän lähiympäristönsä kokemukset, tunteet ja ajatukset. Tutkimustiedon analysoiminen tapahtuu pohdiskelevalla otteella, ja pyrimme totuudenmukaisuuteen ja kunnioitamme haastateltavien ajatuksia ja yksityisyyttä.

#### 4.3 Aineiston keruu

Haastattelu on siinä suhteessa ainutlaatuinen menetelmä tiedon keruulle, että siinä ollaan suorassa vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa. Haastattelussa suurimpana etuna pidetään joustavuutta aineistoa kerätessä. Haastattelussa voidaan säädellä aineiston keruuta joustavasti tilanteen edellyttämällä tavalla, sekä vastaajia myötäillen. Haastatteluaiheiden järjestystä on mahdollista säädellä tilanteen mukaan. Haastattelu luo enemmän mahdollisuuksia tulkita vastauksia kuin esimerkiksi postikysely. Haastattelu antaa mahdollisuuden haastateltavalle tuoda esille itseään koskevia asioita mahdollisimman vapaasti. Haastateltavalle voidaan antaa tuolloin myös mahdollisuus kertoa itsestään ja aiheestaan laajemmin kuin tutkija olisi pystynyt ennakoimaan. Kuitenkin haastattelua tehdessä tiedetään tutkimuksen aiheesta joka voi tuottaa vastauksia monitahoisesti ja moniin suuntiin. Haastattelu tarjoaa myös tarkennuksen mahdollisuuden ja asioiden selventämisen tutkijalle tarkemmin haastattelutilanteessa, näin ollen tilanteessa pystytään selventämään epäselviä seikkoja. Haastattelussa on myös mahdollista syventää saatavaa tietoa ja tilanteessa voidaan pyytää perusteluja esiin tulleille mielipiteille. Lisäkysymyksiä voidaan myös käyttää tarpeen mukaan. (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2014, 204-205.)

Halusimme käyttää aineiston keruussa haastattelumenetelmää, koska haastattelu antaa mahdollisuuden myös vapaammalle keskustelulle ja sitä kautta se myös mahdollistaa sellaisenkin tiedon saannin joista emme olisi erikseen osanneet kysyä. Lisäksi itse uskoimme, että haastattelujen muodossa myös vanhemmat kokisivat helpoksi puhua aiheesta ja kertoa omia kokemuksiaan. Haastattelutilanne antaa myös

mahdollisuuden haastateltavalle korjata sanomisiaan, jos hän kokisi ilmaisseensa itseään epäselvästi tai harhaan johtavasti. Lähdimme rakentamaan haastatteluja teemahaastattelun keinoin, ja olimmekin laatineet tarkempiakin kysymyksiä erilaisista teemoista sekä järjestäneet kysymykset tiettyyn järjestykseen (Katso liite 3: Haastattelu kysymykset). Pidimme mielessämme kuitenkin, että jos haastattelu ja sen aiheet ajautuivat luonnostaan johonkin toiseen kysymykseen tai aihealueeseen, saatoimme muuttaa kysymysten järjestystä tilanteen mukaan.

Teemahaastattelu on lomake- ja avoimen haastattelun välimuoto, jossa on tyypillistä, että aihepiiri eli teema-alueet haastattelussa ovat tiedossa, mutta kysymyksien tarkka muoto ja niiden järjestys puuttuu. Teemahaastattelua käytetään paljon kasvatustieteellisen ja yhteiskuntatieteellisen tutkimuksessa, koska se vastaa hyvin monia kvalitatiivisen tutkimuksen lähtökohtia. (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2014, 208.)

#### 4.4 Äänitysdokumentointi, aineiston litterointi ja analysointi

Päätimme ennen haastattelujen toteuttamista, että äänitämme puhelimella jokaisen haastattelun myöhempää litterointia ja tulosten tarkastelua varten. Yhteensä äänityksiä saimme nauhoitettua viisi, joista haastattelut kestivät noin 35-60 minuuttia. Kun kaikki haastattelut olivat tehty, siirryimme litterointivaiheeseen. Meillä oli äänitysmateriaalia tutkimustuloksista lähes viisi tuntia.

Haastattelun alussa on kerrottava selkeästi ennen äänitystä, miksi haastattelu nauhoitetaan, miten sitä käytetään ja minne aineisto tallennetaan. Haastattelu on luonteeltaan päämäärähakuista ja haastattelussa voidaan käyttää apuna muita kysymyksiä. Kuitenkin on tärkeää muistaa antaa haastateltavan puhua rauhassa. Haastattelija ohjaa keskustelua ja voi tehdä syventäviä lisäkysymyksiä aiheeseen ja palata kesken jääneisiin aihealueisiin. Äänitteen voi ainoastaan kuulla, ja sen vuoksi on tärkeää huolehtia, että äänitteelle tallentuu keskustelun ymmärtämisen kannalta oleellinen sisältö. On hyvä valita äänitystilanteeseen sopiva rauhallinen paikka. Kokemus on osoittanut, että äänitystilannetta voi häiritä muun muassa läpikulkijat haastattelun aikana, sekä leikkivät lapset, lemmikit, avonainen ikkuna tai muu melu mikä häiritsee äänitteen selkeän nauhoittamisen. Äänittäessä haastattelua on muistettava, ettei keskeytä haastattelijaa liian usein, vaan tekee muistiinpanoja, jotta voi tarvittaessa palata sitten myöhemmin asiaan uudestaan. Haastattellessa annetaan kertojalle aikaa

palautella rauhassa asioita mieleen, eikä haastattelijan kannata hätäillä lisäkysymysten kanssa eikä siirtyä liian nopeasti seuraavaan aiheeseen. Kun nauhoitetaan haastattelua ja puheeseen tulee luonnollisia taukoja, nauhoitusta ei kannata katkaista, koska hedelmälliseen keskusteluun kuuluvat normaalit tauot. (Suomalaisen kirjallisuuden Seura 2019, Viitattu 25.5.2019.)

Tallennettu laadullinen aineisto kirjoitetaan useimmiten myöhemmin sana sanasta ylös ja tätä nimitetäänkin litteroinniksi. Litterointia voidaan tehdä koko kerätystä aineistosta, tai valikoida esimerkiksi teema-alueiden mukaisesti. Aineiston litterointi on tavallisempaa kuin päätelmien tekeminen suoraan aineiston nauhoista. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2014, 222.). Kuten tässäkin tutkimuksessa teimme.

Aineiston analyysissä käytimme sisällönanalyysi menetelmää. Olemme lähtökohtaisesti pyrkineet ymmärtämiseen analysoidessamme haastatteluja. Aloitimme analysoinnin aikaisessa vaiheessa, ja litteroimme haastattelut mahdollisimman nopeasti niiden loputtua, jotta pääsimme yhdessä keskustelemaan johtopäätöksistä. Jaoimme pian haastattelussa nousseet teemat yhteen ja syvennyimme löytämiimme sisältöihin. Huomasimme analysointivaiheessa, että emme pysty hyödyntämään kaikkea keräämäämme aineistoa. Teemoittelu auttoi hahmottamaan tätä vaihetta.

Sisällönanalyysin tarkoituksena on saada tekstiaineistosta esille tekstissä esiintyvät merkitykset. Tutkittavasta asiasta pyritään saamaan esiin tiivistetty ja yleistävä kuvaus ilman, että aineiston informaatioarvo kärsii. Sisällönanalyysissa halutaan tuoda esille tekstissä esiintyvät yhtäläisyydet ja erot sekä kuvata niitä sanallisesti. Se on siis tarkoituksenmukainen analyysitapa silloin, kun aineiston keskeisiä asioita halutaan kuvata tiivistetysti sanallisessa muodossa. (Spoken 2019, viitattu 14.6.2019.)

Tulkinta on aineiston analyysissä esiin nousevien merkitysten selkiyttämistä ja pohdintaa. Tulkintaongelmia ja tulkinnan kohteita voi tulla eteen monentasoisina. Pohdimme esimerkiksi miten oma kielenkäyttöämme aineistonkeruussa on vaikuttanut analysointiin. Tärkeää on että tutkija pystyy itse ymmärtämään tutkittaviaan esimerkiksi haastattelutilanteessa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2014, 228-229.). Tässä vaiheessa oli mielestämme hyötyä, että meitä oli kaksi analysoimassa haastatteluja, jolloin pystyimme pohtimaan molempien tulkintoja haastatteluista ja keskustelemaan tuloksista.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa, erityisesti kenttätutkimuksissa, joissa aineistoa kerätään monissa vaiheissa esimerkiksi haastatteluin ja havainnoiden, analyysiä ei tehdä vain yhdessä tutkimusprosessin vaiheessa vaan pitkin matkaa (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2014, 223.)

## 5 Tutkimuksen tulokset

Jaoimme haastatteluista saamamme tutkimustulokset teemoittain, mukailen haastattelun runkoa. Viimeisessä kappaleessa syvennymme haastattelun tuloksissa aineistoon, jossa vanhemmat kertoivat, kuinka toiminta on vaikuttanut myös heidän omaan jaksamiseensa. Tämä tuli meille tutkimuksen ehkä yllättävänäkin lisätuloksena, mutta erittäin tärkeänä havaintona. Erityisesti tämä tutkimustulos puoltaa lähtökohtaamme, jossa päätimme käyttää avointa teemahaastattelua tutkimusmenetelmänämme. Tutkimuksen tulokset analysoitiin sisällönanalysointia käyttäen.

Haastateltavien perheiden vanhemmat osallistuivat avoimesti ja ennakkoluulottomasti tutkimukseemme. Saimme vanhemmilta taustatietoa sosiaalipedagogiseen hevosuotoimintaan osallistuvien lasten haasteista, mutta erityisesti vanhempien näkökulman kuinka toiminta on vaikuttanut lasten arkeen, sosiaalisiin suhteisiin ja koulunkäyntiin positiivisesti.

### 5.1 Ystävyysuhteet ja vertaistuki

Haastatteluissa kävi ilmi, että yhtenä paljon tuloksia tuottavana aiheena oli ystävyysteema. Vanhemmat kertoivat, että lapsella oli ystäviä niukasti koulussa tai koulun ulkopuolella olevassa elämässä, ja oli myös lapsia jolla ei ollut oikein ystäviä ollenkaan. Tyttöjen aloitettua käynnit säännöllisesti ryhmässä, olivat he saaneet uusia ystävyysuhteita muista ryhmäläisistä, sekä osa näki heitä myös ryhmän ulkopuolellakin perheen vapaa-ajalla.

Ystävyysuhteiden lisääntymisen lisäksi haastatteluista tuli hyvin ilmi, että tytöillä on tullut kokemus, että he kuuluvat johonkin ryhmään, sekä että siellä saa olla jokainen täysin oma itsensä. Tämä oli monelle lapselle vanhempien mielestä tärkeä asia. Se että ryhmään on tervetullut omine vahvuuksineen ja haasteineen vahvistaa lapselle ajatusta siitä, että hän on tervetullut porukkaan täysin omana itsenään. Vanhemmat kertoivat, että joskus jos lapsella on ollut haastava päivä, niin sen jakaminen yhdessä ryhmän kanssa on saanut muutkin ryhmäläiset avautumaan siitä, että heillekin on käynyt samoin tai hekin joskus tuntevat samoin. Tämä lähentää ja tiivistää ryhmää entisestään ja ryhmässä jaetaankin vanhempien kertoman mukaan paljon sellaisia mieltä painavia asioita, joita ei edes lapsi ole halunnut avata omille vanhemmilleen.

Vanhemmat kertoivat, että hepparyhmässä heistä tuntui vallitsevan hyvä henki ja nuorille on ollut erityisen tärkeää myös vertaistuki mitä ryhmässä on saanut osakseen erilaisissa tilanteissa. Se että kun nuori on uskaltanut avata ryhmäläisilleen jonkin mieltä painavan asian, josta muut nuoret ovat voineet yhtyä samaan kokemukseen ja kertoneet jakajalle, ettei hän ole ainoa joka on joskus kokenut tai tuntenut niin. Vertaistuki onkin siis myös vanhempien mielestä heidän nuorellensa erityisen tärkeää. Monet vanhemmat kertoivat, että heidän lapsensa on ehkä kokenut ulkopuolisuutta ja erilaisuutta koulu ja muussa arjessa, mutta ryhmässä nuori on löytänyt vertaisiaan. Nuorelle on ollut helpottavaa huomata, ettei hän ole ainoa joka on erityinen, joka kamppailee samanlaisten haasteiden kanssa muussa arjessa.

Ryhmässä kaikki lapset ovat jollakin tapaa erityisiä ja poikkeuksetta kaikilla ryhmässä käyvillä lapsilla on ollut jotakin haasteita koulunkäynnissä. Haastatteluista kävi ilmi, että lapsilla oli erinäisiä haasteita koulunkäynnissä ja vanhemmat kertoivat, ettei onnistumisen tunteita tullut juurikaan koulusta. Koulunkäynti näyttäytyi hyvin usein lasten mielessä haasteelliseksi ja ikäväksi. Vanhemmat kuitenkin kertoivat siitä, että kouluaiheen ympärillä kerrotut kokemukset ryhmässä olivat monelle lapselle avaava kokemus siitä, etteivät he ole ainoita jotka tuntevat ja kokevat niin. Tässä toisten lasten vertaistuki tuntui olevan hyvin tärkeää vanhempien mielestä, ja jopa tsemppaava elementti koulupäivien jaksamisen kannalta. Lasten kokemus siitä, että luokassa he kokivat olevansa huonompia kuin muut tai että he kokivat yksinäisyyden tunteita koulussa, ei ollut ryhmässä. Ryhmässä vaikeiden asioiden avaaminen muille tuntuikin yhdistävän lapsia ja tuovan esille sen että, he kaikki ovat omalla tavallaan tunteet ja kokeneet koulumaailmassa jotakin samanlaista.

Vanhemmat olivat myös kokeneet, että ryhmässä kaveritaitojen vahvistamista ja niiden oppimista, konkreettisesti tekemisen lomassa, oli tapahtunut positiivisessa mielessä. Vanhemmat kertoivat, että lasten ystävyysuhteet saattoivat olla aikaisemmin lyhyitä ja harvassa, mutta ryhmään osallistumisen jälkeen on ryhmästä tullut pysyviä sekä pitkäikäisempiä ystävyysuhteita. Vanhemmat kokivat, että ryhmässä on myös hyvin selvitetty erilaisia haastavia tilanteita, ja niitä oli käsitelty ryhmässä yhdessä aikuisen ohjauksessa hyvin. Väärinymmärrykset ja haastavat tilanteet oli selvitetty yhdessä ryhmän kanssa. Vanhemmat kokivat nämä tärkeiksi asioiksi, sekä uskoivat että näillä voisi olla suurikin merkitys ystävyysuhteiden säilymisen kannalta. He uskoivat myös, että tulevaisuuden kannalta nämä auttavat luomaan ja ylläpitämään ystävyysuhteita. Haastatteluista tuli ilmi, että ryhmässä myös harjoitellaan

konkreettisesti sitä, kuinka toiset ystävät otetaan huomioon ja millainen käytös tuntuu ystävistä mukavalta.

Haastatteluissa kysyttiin myös, kokivatko perheet toiminnan lähentäneen perhettä entisestään. Tässä vanhemmat eivät kokeneet juurikaan muutosta, vaan kokivat perheen olleen aina yhtä läheinen. Kuitenkin haastatteluissa kävi ilmi, että etenkin tallille tultaessa, jos sisaruksia oli mukana, otti lapsi hienosti talliympäristössä esimerkiksi isosiskon roolin. Lapsi auttoi ja opasti hienosti nuorempaa sisarusta tallilla toimimisessa. Vanhemmat kokivat, että talliympäristössä vahvistuu esimerkiksi isosiskon rooli, ja se näkyy myös ulospäin. Vanhemmat kertoivat, että myös matkat tallille olivat erityisen mieluisia ja tärkeitä tehdä yhdessä lapsen kanssa. Mukavan tekemisen äärelle matkustaessa, vanhemmat kokivat tunnelman automaatioilla olevan yleensä hyvä. Sen vuoksi positiivinen tunnelma viritti yhteistä aikaa mukavalle rupattelulle arjen keskellä. Nämä hetket koettiin vanhempien mielestä erityisen tärkeiksi lapsen kanssa.

## 5.2 Itsetunto

Haastatteluissa kaikki vanhemmat kertoivat lapsen itsetunnon kohentuneen toiminnan alettua huomattavasti. Itsetunnon kohentuminen näkyi vanhempien mielestä lapsessa ihan fyysisestikin. Ryhti oli parantunut huomattavasti ja kehon kieli oli muuttunut voimakkaampaan suuntaan. Lapsen kävelyssä ja liikkumisessakin vanhemmat olivat hommanneet eroja, lapsi kulki nyt avoimemmin ja selkä suorassa.

Itsetunnon kohentumiseen vanhemmat kertoivat, että positiivisen palautteen ansiosta on lapsen itsetunto kohentunut. Haastattelussa tuli myös ilmi, että lapsi koki tallilla tullessa nähdyksi, ja etenkin lapsen vahvuudet huomattiin. Haastatteluista ilmeni vanhemmilta, että mielekkään harrastuksen ja tavoitteellisen toiminnan lomassa, lapsi koki tullessa huomatuksi juuri niistä vahvuuksistaan eikä pelkästään hänen haasteittensa kautta. Vanhemmat uskoivat, että tällä on suurikin merkitys itsetunnon kohentumiselle. Vanhemmat kertoivat, että uusien ystävien saaminen on auttanut itsetunnon kehittymisen kanssa. Vanhemmat kertovat, että lapselle on erityisen tärkeää, että hän saa ihailua ystäviensä kesken ryhmässä, mikä on vahvistanut lapsen omanarvontunnon ja itsetunnon kehitystä. Vanhemmat kertoivat myös, että lapsi joka saattoi muutoin käyttäytyä erilaisissa ryhmätilanteissa, kuten koulussa



esimerkiksi haasteellisesti, ei tallilla näkynyt yhtään haasteellista käytöstä. Eikä lasta ole tarvinnut erikseen edes kovasti kieltää tallilla toimimisesta, vaan tallin ohjaajilta saatu palaute on ollut todella positiivista, mitä vanhemmat ovat lapsestaan saaneet aina ryhmien jälkeen.

Haastattelussa tuli myös ilmi, että joskus lapsilla on saattanut olla haasteita positiivisen palautteen vastaanottamisessa. Vanhemmat kertoivat, että on tullut todella suuria muutoksia, ja nykyisin lapsi osaa ottaa hyvin positiivista palautetta vastaan, sekä osaavat myös kehua ryhmässä toisiaan. Haastatteluissa kävi myös ilmi, että osalla lapsista oli haastavaa huomata itsessään mitään hyvää tai positiivista. Nyt kuitenkin positiivisen palautteen ja huomatuksi tulemisen myötä on lapsi jopa itse oppinut tunnistamaan omia vahvuuksiaan.

Omien vahvuuksien huomaaminen on myös vahvistanut lapsen sinnikkyyttä ja periksi antamattomuutta. Vanhempien haastatteluissa tuli ilmi, että lapsi oli saattanut aikaisemmin luovuttaa vaikeiden asioiden äärellä herkemmin kuin nykyisin. Lapsi voi nykyään haastavien tilanteiden ja tehtävien edessä osoittaa sinnikkyyttä ja periksiantamattomuutta. Vanhemmat kokivat, että itsetunnon kohentumisella ja tallilla haastavien tilanteiden treenaamisella olisi suuri merkitys lapsen sinnikkyuden vahvistumiselle. Myös sinnikkyuden ansiosta opittu, ja onnistunut kokemus vahvistaa lapsen hyvää itsetuntoa ja onnistumisen kokemuksia. Haastatteluissa vanhemmat kokivat, että hevonen tarjoilee herkästi lapselle aina uusia onnistumisen kokemuksia. Ja on tärkeää, että joku muu aikuinen tai lapsi myös huomaa toisen onnistumiset. Tämä koettiin tärkeäksi asiaksi itsetunnon kannalta. Se että lapsi kokee myös itse osaavansa, jotakin sellaista, josta on haaveillut, ja aikaisemmin sitä harjoitellut, on äärimmäisen tärkeää. Vanhemmat kertovat myös, että lapsi on itse ollut itseensä tyytyväinen onnistumisten hetkellä, ja oppinut myös niissä tilanteissa itse sanoittamaan omia onnistumisiaan muille.

### 5.3 Tunnetaidot

Lähes jokaisessa haastattelussa vanhemmat kertoivat, että lasten tunnetaidoissa on tullut muutoksia hevostoinnin aloittamisen jälkeen. Tietysti osa muutoksista voi

olla murrosikä ja sitä, että lapsi on kasvanut, mutta lähtökohtaisesti vanhemmat uskoivat, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta on tuonut apua lasten tunnepuoleen.

Vanhemmat kertoivat muun muassa, että lapsi on oppinut sanoittamaan tunteitaan paremmin, esimerkiksi sulkeutuneesta lapsesta on selkeästi tullut avoimempi toiminnan edetessä. Vanhempien haastatteluissa käy ilmi, että lapsi nykyisin nauraa, juttelee ja puhuu enemmän, ja tämä muutos on tapahtunut ryhmätoiminnan aloittamisen jälkeen.

Haastattelussa osa vanhemmista kertoi, että hevostoiminta pienryhmässä on ollut lapsille voimavara, joka on kantanut vaikeiden asioidenkin aikana. Osa haastatteluista kuvasi hevostoimintaa eräänlaiseksi pelastukseksi lapselle, ja sitä kautta koko perheelle.

Vanhempien puheista käy ilmi, että vilkaskin lapsi pystyy rauhoittumaan tallilla, hevoset ovat selkeästi rauhoittaneet lasta. Myös ryhmän tuki on ollut tärkeää tunteiden hallinnassa. Ryhmässä on keskusteltu siitä mistä voi puhua ja mistä asioista ei kannata kaikille avautua. Lapsi on oppinut rauhoittumaan myös kotona, ja osannut siirtää tallilla opittuja taitoja arkeen. Haastatteluista käy ilmi, että joidenkin lasten mieliala oli täysin erilainen ennen hevostoiminnan aloittamista, mieliala on selkeästi kohonnut ja positiivisia tuloksia on tullut ryhmätoiminnan edetessä. Tunnesäätelyn kehittyminen näkyy myös tallille lähdössä. Vaikka lapsen mieliala olisi kuinka huono tai ahdistava, tallille on aina päästy lähtemään ja mieliala on kohonnut toiminnassa. Tästä kertovat kaikki haastatellut vanhemmat.

Kysyttäessä vanhemmilta lasten tunteiden sanoittamisesta, kertoivat he lähes poikkeuksetta, että siinä on ollut aikaisemmin haasteita. Positiivisia muutoksia on kuitenkin tullut sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa. Tunteiden sanoittaminen voi edelleen olla haastavaa lapsille, mutta kehitystä siinäkin ovat useat vanhemmat huomanneet. Vanhemmat pohtivat kuitenkin sitä, että osa positiivisista tuloksista on varmasti ryhmätoiminnan vaikutusta, mutta toisaalta lapsen kasvamisen vaikutusta ei myöskään voi poissulkea. Hevostoiminnan uskotaan kuitenkin tukeneen lasten tunteiden säätelykykyä.

Vanhempien haastattelussa kävi ilmi, että ryhmätoiminnan edetessä hiljainenkin ja ujo lapsi on tullut kuorestaan.

Vanhemmat kertovat, että pienryhmässä on saatu hyviä tuloksia esimerkiksi aggressiiviseen käyttäytymiseen ja lasten vihan hallintaan. Hevosen kanssa ei voi raivostua,

koska isolta eläimeltä tulee välitön palaute. Johdonmukainen työskentely tallilla on opettanut lapsille sinnikkyyttä ja rauhoittumista. Vanhemmat kertovat, että tallilla tapahtuvat asiat ovat konkreettisia, ja siksi lapsen on helpompi lähestyä niitä ja löytää esimerkiksi turhautumiselle sanat. On iso asia, että lapsi osaa sanoa ”mua ärsyttää kun tää hevonen ei liiku”, ja tähän lauseeseen on helppo ohjaajan tarttua, ja lähteä avaamaan asiaa. Vanhemmat ovat huomanneet, että kotonakin puhuminen on helpottunut kun on tuonut talli- ja hevosasiat puheeseen. Kotonakin on voitu sanallistaa tunteita esimerkiksi hoitohevoseen.

Haastatteluissa vanhemmat kertovat, että lapset, jotka ovat kuormittuneet esimerkiksi koulussa, ovat saaneet tarvittavan tuen avulla positiivisia tuloksia, esimerkiksi lapsi on oppinut kotonakin rauhoittumaan ja menemään vaikkapa päiväunille, jos kuormitus on tuntunut liian suurelta.

Kaikki haastatellut vanhemmat kertovat, että sosiaalipedagogisen hevostoiminnan hyviä vaikutuksia lapsille ovat olleet että lapsista on tullut avoimempia, sosiaalisempia ja hiljaisemmatkin uskaltavat puhua ryhmässä. Myös lasten itsetunto on kasvanut tallilla onnistumisien myötä.

Tärkeäksi asiaksi vanhemmat kertovat myös sen, että lapset oppivat sietämään tallilla pettymyksiä ja käsittelemään esimerkiksi luopumisen tunteita, jos hoitohevonen vaikkapa vaihtuu. Ryhmän kesken puhutaan pettymyksistä konkreettisten esimerkkien kautta. Vanhempien mukaan tunteiden sanoittaminen helpottuu lapsille myös sen kautta, että hevosiin ”istutetaan” omia tunteita. Lapsi luo hevoseen tärkeän siteen, ja saattaa sanottaa tunteitaan esimerkiksi hoitoponinsa kautta. On helpompi aloittaa keskustelu puhumalla hevosen tunteista, ja sitä kautta omista tunteista.

Parissa haastattelussa tuli ilmi myös, että lasten empatiataidot ovat kasvaneet tallilla. Hevosista tulee todella tärkeitä lapsille, ja niiden kautta opitaan empatiaa eläimiä ja ihmisiä kohtaan. Lähes kaikissa haastatteluissa vanhemmat kuvaavat, että lapsi on oppinut ymmärtämään hevosten kautta paremmin muiden tunteita. Hevosten kanssa lapsi on oppinut, että hevosellakin voi olla eri halu kuin hänellä, ja se ei tee heistä kummastakaan huonompaa tai toisesta oikeaa ja toisesta väärää. Vanhemmat nostavat haastatteluissa esille sen, että on iso juttu, kuinka hevosista puhutaan ryhmässä, esimerkiksi niiden luonteenpiirteistä tai ominaisuuksista. Niistä lapsikin ammentaa samaistumispintaa itselleen.

Yksi tärkeä elementti nousi haastatteluissa esille, että kuinka lapset oppivat tallilla kohtaamaan haasteita tunnesäätelyn tasolla, ja joutuvat välillä epämurkkaavalla alueella esimerkiksi uusien ihmisten kanssa. Ryhmässä on usein uusia apuhoitajia ja -ohjaajia, ja lasten täytyy sopeutua jännittäviin tilanteisiin. Suuret muutokset saattavat olla lapselle haasteellisia, mutta turvallisessa ryhmässä näitäkin asioita käsitellään hyvin, ja se luo pohjaa lapsille toimia haastavissa tilanteissa myös tallin ulkopuolella.

Pienryhmätoiminnan hyväksi puoleksi vastattiin haastatteluissa erityisesti Aila Kajanderin ohjaus, jossa lapset saavat turvallisesti kokeilla rajojaan tunteiden jakamisessa. Lapset oppivat ryhmässä tunnistamaan omia ja muiden rajoja.

Haastatteluissa kävi ilmi, että lähes jokaisessa tapauksessa lasten tunteiden hallintaan on tullut parannusta, tärkeää lapsille on ollut oppia konkreettisten esimerkkien kautta, kuten että hevosen lähelle ei voi mennä kiihdyksissä. Tallilla tekemisen lomassa lapsi pystyy ainakin jossain määrin avautumaan joko toisille lapsille tai luotettavalla ohjaajalle. Vanhemmat nostavat kaikissa haastatteluissa Kajanderin ammattitaidon tärkeäksi osaksi toimintaa. Kävi ilmi, että osa haastatteluista on sitä mieltä, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta on ollut lapselle ainoa tie tunteista puhumiseen. Aila Kajanderilla on suuri rooli siinä, miten hän sanoittaa ja pystyy löytämään lasten tunnelukot ja kääntämään ne vielä parempaan päin.

Vanhempien puheesta nousi esille myös ryhmän merkitys, jossa nuoret tapaavat vertaisiaan, ja vaikeistakin asioista pystytään puhumaan tai esimerkiksi itkemään muiden läsnäollessa. Lapset jakavat vaikeistakin tunteita ja kokemuksia, ja huomaavat, että niistäkin pääsee yli. Vanhemmista on erittäin tärkeää, että lapsi oppii, ja saa sellaisen mallin, että kaikesta voi puhua. Ryhmässä käsitellään myös mahdollisia tunteenpurkauksia, ystävyys-suhteista puhutaan, ja lapsille tulee malli, että riidoistakin voi selvitä. Kaiken kaikkiaan ryhmätyöskentely talliympäristössä antaa myös hyvää mallia tulevaisuuttakin ajatellen, lapset oppivat toivottavasti käsittelemään tunteitaan sekä konfliktitilanteita myös hevostoiminnan ulkopuolella ja myöhemmin aikuisina.

#### 5.4 Sinnikkyys ja pettymystensietokyky

Tunteiden sanoittamisen ja hallinnan lisäksi haastatteluista kävi ilmi, kuten aiemmin jo mainitsimme, että lasten sinnikkyys ja pettymyksensietokyky oli kehittynyt

ryhmätoiminnan edetessä. Myös positiivisen palautteen antaminen ja vastaanottaminen nousivat vanhempien puheissa tärkeään asemaan. Muutamat vanhemmat kertoivat, että yksi lapsen päätavoitteista ryhmätoiminnassa on ollut, että lapsi oppii kysymään apua, jos ei tiedä tai osaa. Ryhmätoiminnan ohjaaja Aila Kajander saa vanhemmilta kehuja siinä, kuinka hän ohjaa lapsia kysymään apua, ja näin lapset oppivat, että avun pyytäminen ei ole heikkouden merkki, ja jokainen ryhmässä tarvitsee joskus apua.

Monet vanhemmat kertovat, että näkevät lapsen kannalta tärkeänä sen, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta ei ole vain ”pelkkää ratsastusta”. Lapsi saa ryhmän tuen avulla hoitaa talliaskareita ja laittaa hevosta kuntoon ratsastusta varten, joten hevosta ei vain tuoda tytöille ja ratsasteta. Toiminta vaatii sinnikkyyttä, sääntöjen noudattamista ja avun pyytämisen harjoittelua, lapset oppivat, että asioiden eteen pitää tehdä töitä.

Osa vanhemmista kertoi, että lapsen sinnikkyys on kasvanut ryhmässä, ja siirtynyt näin myös muuhun arkielämään. Lapsi ei esimerkiksi jätä asioita niin helposti kesken, ja vaikeitakin asioita yritetään uudestaan. Esille nousi myös, että koulutehtäviä jaksetaan yrittää nykyään sinnikkäämmin, eikä lapsi luovuta enää yhtä helposti virheiden sattuessa. Hevostoiminnassa mikään ei tule ilmaiseksi, ja usein opitaan yrityksen ja erehdyksen kautta. Hevonen opettaa sinnikkyyttä ja on rehellinen opettaja, ja palaute hevoselta on yleensä välitöntä, homma joko toimii tai sitten ei. Tärkeänä huomiona vanhemmat kertovat, että lapset oppivat myös, että hevosillakin on huonoja päiviä, ja niistä päästään yli.

Pettymyksiä pienryhmätoiminnassa käsitellään usein myös hevosten kautta. Aina ei saakaan ratsastaa lempihevosellaan, tai joutuu luopumaan jostain syystä hoitohevosestaan. Ryhmässä asiat käydään läpi, ja haastatteluissa on käynyt ilmi, että joidenkin vanhempien mielestä lapset käsittelevät jo paremmin pettymyksiä muuallakin kuin tallilla. Vanhemmat korostivat, että hevostoimintaryhmässä lapsi näkee välittömästi oman toimintansa hyvät seuraukset ja se kannustaa lasta jatkamaan.

## 5.5 Arjen toimivuus

Kaikissa vanhempien haastatteluissa korostui se, että lapsi menee hevostoimintaan mielellään, vaikkei mikään muu kiinnostaisi. Arjen toimivuuden kannalta vanhemmat

ovat huomanneet, että vaikka arjen hallinnassa saattaisi muuten olla vaikeuksia, lapset osaavat toimia ryhmässä, ja lähdöt tallille onnistuvat yleensä hyvin. Tavarat löytyvät reppuun ja muistetaan syödä eväät ennen tallille lähtöä. Monelle vanhemmalle se antaa toivoa tulevaisuudesta ja uskoa siihen, että lapsi kyllä pystyy toimimaan arjessa vielä hevostoiminnan ulkopuolellakin.

Hevostoiminnan mielekkyys korostui myös kaikissa haastatteluissa, ja vanhemmat arvelivat, että toiminnan mielekkyys on juuri avainasemassa arjenkin hallintaan. Osa vanhemmista sanoi, että he ovat huomanneet lapsissa positiivisia muutoksia niin kotona kuin koulussakin hevostoiminnan aloittamisen jälkeen. Osa lapsista on pystynyt palaamaan tavalliseen kouluun, aiempien haasteiden jälkeen. Muutama vanhempi kertoo, että myös nukkumisessa ja arkirytmien luomisessa kotona, on ollut positiivisia muutoksia. Suurin osa vanhemmista oli sitä mieltä, että lapsi on ollut aina helppo ohjata mukaan hevostoimintaan, ja sitä myötä myös lapsen oma toiminnanohjaus on parantunut jonkin verran ajan kuluessa.

Haastatteluissa kävi myös ilmi, että toiminnan edetessä lapset ovat tietysti kasvaneet ja esimerkiksi murrosikä tuo uusia haasteita, mutta myös kehittymistä monella osalla alueella. Hevostoiminnan uskottiin pääsääntöisesti tukevan tätä. Positiivisia muutoksia on tapahtunut lapsen kasvaessa, että saatetaan ottaa enemmän vastuuta esimerkiksi pienemmistä sisaruksista ja oman elämän hallinnasta.

Lähes jokainen haastateltava kertoo, että lapsen tunnistaessa paremmin tunteitaan, hän pystyy myös toimimaan arjessa paremmin. Arki tuntuu muutenkin rauhallisemmalta tallipäivien jälkeen, ja viikko on sopiva väli ryhmätoiminnalle. Hevostoiminnan vaikutukset kantavat vanhempien mielestä kivasti viikon aikana arjenkin keskellä. Lähes jokainen haastateltava korosti, että lapsi ei jätä ryhmätoimintaa mielellään välistä, ja suurin osa on osallistunut jokaiseen kertaan, jos se vain on ollut mahdollista. Poisjääminen on haastateltavien mielestä vaikuttanut negatiivisesti koko viikkoon. Vanhempien mielestä viikon väli on hyvä, se tuo lapsellekin tunteen, että on jotain mitä odottaa.

Haastatteluissa korostui myös hevostoiminnan merkitys lapsille harrastuksena. On tärkeää, että lapset ovat löytäneet myös mielekkään harrastuksen, ja toiminta on sellaista, että siitä voi kertoa muuallakin, saa olla kuin kuka tahansa ratsastusta harrastava lapsi. Lapsille on myös tärkeää kuulua talliyhteisöön, ryhmän tuki tuntuu kantavan useimmilla myös arjen aallokoissa.

Tärkeä huomio vanhempien haastattelussa oli se, että perheissä, jossa on myös oma lemmikki, on pystytty siirtämään hevostoiminnan hyviä puolia myös kotiin, ja on keskusteltu kodin lemmikistä. Lapsille eläimet ovat tärkeitä, ja on huomattu, että samat säännöt ovat hyväksi myös kodin lemmikin kanssa kuin säännöt joita on opeteltu hevosten kanssa. Tallitoimintaa, sääntöjä ja struktuuria on pystytty siis soveltamaan oman lemmikin kautta kotona.

## 5.6 Tallin rauhoittava vaikutus

Haastatteluiden mukaan talliympäristö tuntui olevan rauhoittava tekijä toimintaan osallistuville lapsille, kuten myös aikuisille, jotka toivat lapsiaan toimintaan. Osa vanhemmista kertoikin, että heillä on tapana jäädä hevostoiminnan ajaksi tallille katsomaan, juttelemaan muille vanhemmille, tai lähteä talliympäristössä sijaitseville lenkkipoluille lasten ryhmätoiminnan ajaksi.

Monet vanhemmat korostivat perjantaituntien merkitystä koko perheelle. Jos lapsen toiminta oli perjantai-iltaisina, se tuntui vanhemmista täydelliseltä viikonlopun aloitukselta ja arkiviikon päätökseltä. Viikonloppuun tuli uutta energiaa, ja toiminnassa lapsi sai hyvin ”nollattua” kouluviikon kiireet ja haasteet. Monissa haastatteluissa kävi ilmi, että viikonloppu oli perjantaisen ryhmätoiminnan jälkeen erityisen rauhaista, viikon kuormitus tuntui katoavan niin lasten kuin vanhempienkin hartioilta.

Vanhemmat kertoivat haastatteluissa, että talli ympäristönä oli kaiken kaikkiaan rauhoittava. Lapsi tuli ryhmätoiminnan jälkeen väsyneenä, mutta hyvinvoivana, kotiin, ruoka maistui hyvin ja uni tuli yleensä helpommin kuin tavallisina päivinä. Ulkoilmassa, luonnon läheisyydessä, eläinten kanssa puuhasteleminen vei lasten voimat positiivisella tavalla. Useassa haastattelussa vanhemmat korostivat, että mieli lepää talli-ilmapiiirissä.

Haastatteluissa kävi myös ilmi, että vanhemmat tuntevat itsekin olevansa aina terve-tulleita Aika-tallille. Muutama vanhempi kehui, että tallilla oli aina iloisia ihmisiä vastassa, ja kaikkia tervehdittiin, mikä oli todella tärkeä asia niin lapsille kuin aikuisillekin. Talliympäristön ja luonnon parantavan voiman lisäksi kaikki haastatellut vanhemmat kehuivat sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ohjaajan Ailan ammattitaitoa ja läsnäoloa, jolla hän ottaa vastaan niin aikuiset kuin lapsetkin. Se tuntui tärkeältä vanhemmista, ja näkyy heidän mukaansa myös lapsissa. Vanhempien mielestä Ailalla

oli erityisen hyvä tapa käsitellä rauhattomia ja vilkkaita lapsia. Vanhemmat kehuivat, että Ailalla oli ammattitaitoa rauhoittaa vilkkain lapsi toiminnan ajaksi.

Vanhemmat kertoivat haastatteluissa, että ympäristönä juuri talli ja sen lähialueet olivat suurimmalle osalle voimauttava kokemus. Vanhemmista oli tärkeää myös nähdä oma lapsi nauttimassa, oppimassa ja onnistumassa ryhmässä. Eräässä haastattelussa vanhempi kertoikin, että oli ihanaa nähdä oma lapsi kikattelemassa muiden lasten kanssa, ja elämässä niin sanotusti tavallista nuorten arkea. Tärkeintä vanhemmista olikin, että lapsi sai osallistua itselleen mielekkääseen tekemiseen, ja että jokainen lapsi pääsee myös loistamaan ryhmässä.

### 5.7 Vanhemmille kantava voima arjessa

Vaikka olimmekin laatineet haastattelun kysymykset etukäteen, oli kaikki vanhempien kertomat kokemukset meille tärkeää tietoa. Eniten haastatteluissa ilmenneissä tuloksissa kävi ilmi hevostoiminnan voimauttavasta vaikutuksesta vanhemmille, se on auttanut heitä jaksamaan arjen keskellä erityislapsen kanssa. Tämä tulos oli meille yllättävä mutta erittäin tärkeää tietoa. Emme olleet laatineet tästä aiheesta erikseen yhtään kysymystä, mutta keskustelun ja haastattelutilanteen edetessä vanhemmat mainitsivat, että toiminta on ollut heille myös todella tärkeää.

Vanhemmat kertoivat, että tallille ryhmätoimintaan lasta vietäessä heidän ei tarvinnut koskaan pelätä tai epäillä ettei lapsi pärjäisi ryhmässä tai että henkilökunta tallilla ei pärjäisi erityislapsen kanssa. Vanhemmat kertoivat, että oli rentouttavaa tietää, että lapsi on itse motivoitunut hevosharrastukseen, ja toiminta on myös tavoitteellista ja kehittäväää lapselle. Tallilla lapsi pärjää hyvin omassa ryhmässään. Vanhemmille oli myös tärkeää tieto, että hevostoiminnan aikuisilla riittää ammattitaitoa lapsen kanssa toimimiseen. Voimavarana toimi tieto, että tallin henkilökunta oli tarpeeksi ammattitaitoista kohtaamaan erityislapsen.

Positiivinen palautteen saaminen omasta lapsestaan oli myös vanhempien mielestä voimia antavaa ja erittäin mieluista. Positiivisella palautteella vanhempi itse koki jaksavansa paremmin perhearkea kotona, kun talli oli paikka mistä yleensä aina vanhemmatkin saivat positiivista palautetta. Erityislapsen vanhemmat kokivat, että usein muilta tahoilta kuten esimerkiksi koululta, palaute on valitettavan usein negatiivissävyytteistä.



Vanhemmat kertoivat haastattelussa, että tapaavat yleensä paljon muita saman ryhmän lapsien vanhempia, kun he tuovat omia lapsiaan toimintaan. Vanhemmat kertoivat, että muiden vanhempien vertaistuki on koettu myös erityisen tärkeäksi. Haastattelussa tuli ilmi, että vanhempien yhteiset kokemukset ja ymmärrys muita samankaltaisessa tilanteessa olevia vanhempia kohtaan oli tärkeää. Asiat ovat on yhdessä jaettavissa, joten tämä antaa vanhemmille myös voimaa jaksaa arjen keskellä erityislapsen kanssa.

Vanhempien kertomuksissa käy vahvasti ilmi myös hevostoiminnan ohjaajan Aila Kajanderin tuki vanhemmille itselleen. Vanhemmat olivat kokeneet, että yhteistyö Ailan kanssa oli ollut todella hyvää ja hedelmällistä. Vanhemmat pystyivät avoimesti kertomaan Ailalle, jos lapsella oli ollut huono päivä ennen toimintaa, he kokivat saavansa Ailalta apua ja tukea tilanteesta selviämiseen. Vanhemmat korostivat haastattelussa erityisen tärkeänä luottamusta Ailan ammattitaitoon, ja hänen kykyään asioiden ratkaisemiseen. Sen vuoksi vanhempi uskaltaa tukeutua Ailaan, ja luottaa siihen, että yhteistyöllä hänen kanssaan tilanteista selvitään hyvin. Muutamassa haastattelussa tuli esille, että toiminta oli ollut yhtä tärkeää vanhempien jaksamiselle arjessa, kuin heidän lapsilleenkin, hyvän ja toimivan yhteistyön ansiosta. Aila Kajander näkee myös vaikeiden hetkien edessä lapsessa kaiken sen hyvän, ja ne vahvuudet mitä vanhempikin lapsessaan näkee. Haastatteluista tuli hyvin ilmi vanhempien kunnioitus, luottamus ja arvostus Ailaa sekä hänen tekemää työtään kohtaan lapsen hyväksi.

## 6 Tutkimuksen johtopäätökset

Tulimme tutkimuksessamme niihin johtopäätöksiin, että sosiaalipedagogisella hevos-toiminnalla pienryhmässä on ollut positiivinen vaikutus siihen osallistuvien tyttöjen arkeen ja toimijuuteen. Hevostoiminta on auttanut kehittämään heidän sosiaalisia taitoja, tunnetaitoja, vahvistanut itsetuntoa ja antanut valmiuksia arjessa toimimiseen. Lisäksi pienryhmätoiminta tukee lasten omaa osallisuutta heidän omassa elämässään ja uskomme, että sillä on myös syrjäytymistä ehkäisevää vaikutusta. Luonnon ja talliympäristön voimauttava apu nousi tutkimustuloksissamme hyvin esille. Näitä tuloksia tukee myös Green Care Finland (Viitattu 25.5.2019.), jossa kerrottiin, että luontoavusteinen toiminta sopii sellaisille, jotka keskustelun rinnalle hakivat jotain toiminnallista ja yhteisöllistä kokemusta.

Hevostoiminnan hyödyt jollakin osa-alueella tulivat kaikissa haastatteluissa esiin. Haluamme kuitenkin huomioida tutkimuksen objektiivisuuden kannalta, että kuten kaikissa menetelmissä, myös hevosavusteisessa toiminnassa on äärimmäisen tärkeää, että asiakas, tässä tapauksessa lapsi, on motivoitunut toimintaan ja kokee sen mielekkääksi. Tutkimusryhmämme lapset olivat kuitenkin kaikki hyvin motivoituneita toimintaan. Hevostoimintaa ei voi kuitenkaan lähteä soveltamaan kaikissa asiakasryhmissä tai yksilöissä. Eläinavusteisen toiminnan hyödyt eivät esimerkiksi toimi vaikkapa allergisen henkilön kanssa, tai jos muuten kokee eläimen tuomisen omaan elämään liian haastavaksi. Siksi tämäkin toiminnan tulokset ovat vertailukelpoisia ryhmissä, missä ollaan motivoituneita toimimaan juurikin hevosten kanssa.

Tutkimuksessamme nousi yllättäviäkin tuloksia esille. Sellaisia mitä emme olleet osanneet ottaa tutkimusongelmassamme huomioon. Nämä olivat ehdottomasti vanhempien kertomukset, kuinka hevostoiminta on välillisesti myös auttanut heitä ja koko perhettä. Vertaistuki muista aikuisista ja ohjaajan ammattitaito nuorten ja aikuisten kohtaamisessa nousi tärkeäksi tutkimustulokseksi opinnäytetyössämme. Tästä voimme päätellä, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta ei auta pelkästään asiakasta itseään, vaan voi välillisesti eheyttää myös koko perhettä.

Tuloksissa tuli ilmi, että yhteistyö vanhemman ja ohjaajan, Ailan, välillä toimi hyvin, sekä vanhemmat nostivat paljon esille hänen ammattitaitonsa hyvät puolet, kuinka hän esimerkiksi osaa tarttua hankaliinkin tilanteisiin kiinni. Hyvää ja toimivaa vuorovaikutusta Ailan, vanhempien sekä lapsen välillä kehuttiin haastatteluissa paljon, sekä sitä että negatiivisetkin tapahtumat käsiteltiin hyvin yhdessä ryhmän ja osaavien

aikuisten kanssa. Tästä voimmekin mielestämme päätellä, että ryhmässä vallitsee tyttöjen keskinäinen luottamus, joka onkin hyvä alusta avoimuudelle ja rehellisyydelle. Tilus (2004) kertoo että lapsen myönteisen kasvun kannalta, on perusedellytys, että lapsi tulee huomatuksi ja näkyväksi aikuiselle. On tärkeää, että lapselle välittyy kuva siitä, että hän on ainutkertainen ja tärkeä. Kohtaaminen on myös tunteiden jakamista, vastavuoroinen tunteiden jakaminen koskeekin kaikkia tunteita. Tuolloin lapselle syntyy turvallinen kokemus siitä, että negatiivisetkin tunteet kohdataan ja samalla lapsi oppii olemaan lähellä toista ihmistä, sekä otetaan huomioon myös toisen tunteet ja tarpeet. (Tilus 2004, 41.) Uskommekin, lasten myönteisen ja positiivisen kasvun yksi edellytyksistä on ollut hevostoiminnan ohjaajan ammattitaito aikuisen ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa. Sekä se että lapsi on kokenut tullessa nähdyksi ja kuulluksi omana itsenään, ja hän on aina ollut tervetullut tallille kaikkine haasteineen ja tunteineen.

Positiivisella palautteella oli toiminnassa olevalle lapselle suuri ja positiivinen vaikutus, mutta myös vanhemmalle positiivinen palaute omasta lapsesta nousi todella tärkeäksi voimavaran lähteeksi. Tilus (2004) kertoo, että harva vanhempi haluaa kuulla vuodesta toiseen sitä, kuinka huonosti tai epäkelpo heidän lapsensa on. Vanhemmat haluavat olla osallisena myös niissä tilanteissa missä jaetaan lapseen kohdistunutta tyytyväisyyttä ja onnistumisia. Tiluksen tutkimukseen pohjautuen lapsi usein tietää alitajuntaisesti olevansa osa äidin, isän tai koko perheen pahoinvointia. Negatiivinen viesti koulusta vaikuttaa aina ja sen vaikutusta on hankala piilottaa. Silloin kun taidot sekä voimat korjaavien liikkeiden tekemiseen puuttuu, tuloksena on Tiluksen mielestä lapsen kasvua tuhoava vuorovaikutuksen kehä. (Tilus 2004, 10.) Opinnäytetyöstämme saadut tulokset tukivat hyvin Tiluksen ajatusta positiivisen ja negatiivisen palautteen merkityksestä koko perheen hyvinvoinnin kannalta. Vanhempien kertomusten mukaan vertaisryhmässä toimimisesta voimme siis päätellä, että huomatuksi tulemisella ja vahvuuksien löytämisellä on suuri merkitys lapsen itsetunnon kohentumiselle. Mielestämme tutkimuksessa esille tulleet tulokset vahvistavat tätä teoriaa.

Tutkimuksessamme nousi vahvasti esille myös pienryhmätoiminnan ja vertaistuen merkitys lasten kehityksen kannalta. Jokaisella lapsella on vahvuuksia, joita hyödyntämällä itsetunto kohenee ja joiden varaan sosiaalisia suhteita voidaan rakentaa. Tuen, harjoituksen, kannustuksen ja myönteisen palautteen kautta lapsi saa vahvistaa sosiaalisia taitojaan. Parhaat tulokset sosiaalisten taitojen vahvistamisesta onkin saatu pienistä ryhmistä, joissa lapset pääsevät oppimaan toisiltaan toteaa Muhonen,

Lallukka & Turtiainen teoksessaan *Pienryhmätoiminta lasten ja nuorten ehkäisevän työn menetelmänä* (2009, 29.)

Ystävyyssuhteiden solmiminen ryhmässä oli kantava teema kaikissa haastatteluissa, josta voimme todeta sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ryhmän tuoneen positiivista muutosta lasten elämään ja arkeen, sekä sen että ryhmään kuulumisen on vähentänyt lasten yksinäisyyttä. Tutkimustuloksissamme nousi vertaistuki niin lapsille kuin vanhemmillekin tärkeänä elementtinä, josta voimme päätellä, että lapselle on tärkeää saada vertaistukea muista ryhmäläisistä, mutta samalla myös vanhempi voi tarvita vertaistukea ryhmän muista vanhemmista. Eli vertaistuen tarve ei siis menetä merkitystään, tarkastelemmeko sitä lapsen vai aikuisen näkökulmasta, vertaistukea tarvitsee sekä ryhmän lapset sekä heidän vanhempansa. Ystävyyssuhde hoidettaviin hevosiin nousi myös vahvana haastatteluissa esille. Tutkimuksemme puoltaakin aiempaa tutkimustietoa. Hevosen tai kissan kanssa läheisen suhteen muodostaneet ihmiset kuvaavat usein, miten eläimen reaktio vieraaseen ihmiseen auttaa heitä arvioimaan tulijan luotettavuuden. Taito havainnoida lähellä olevan eläimen käytöstä ja reagoida siihen mielekkäillä, sopivaan toimintaan varautuvilla autonomisen hermoston vasteilla on ihmisissä sisäänrakennettuna (Ikäheimo 2013, 29-30).

Saimme tutkimuksen aikana vastauksia kaikkiin tutkimuskysymyksiimme. Suurimmalla osalla tutkittavistamme on tapahtunut positiivisia muutoksia niin arjen hallinnassa, ystävyyssuhteiden luomisessa, koulunkäynnissä ja perhesuhteissa. Pitkänen (2008) kertoo, että heikkoon minäkuvaan liittyvät vaikeudet, tietävät ihmiselle pettymyksiä ja negatiivisia tunteita, joka vaikeuttaa myös keskittymiskykyä, ja se hankaloittaa ihmisten sosiaalisia suhteita (Pitkänen 2008, 40.) Jo aiemmin kerroimme, että tallilla huomioidaan lapsen positiiviset puolet ja korostetaan vahvuuksien löytymistä. Positiivinen palaute lapselle on myös tärkeää, ja sen avulla tutkimuksemme tulokset osoittavat, että pienryhmätoiminta vahvistanut lapsen itsetuntoa. Sen vuoksi uskomme, että positiivisia tuloksia on saatu aikaan lapsissa, erityisesti haastavissa toiminta-alueissa arjessa. Vanhempien kertomuksesta voimme myös päätellä, että itsetunnon kohentuminen näkyy myös ulospäin fyysisesti ja psyykkisesti lapsen olemuksesta.

Ristiriitaa johtopäätöksissä aiheuttaa tietysti tutkittavien lasten ikä, ja se että hevostoiminnan alkaessa, ja jatkuessa, osa heistä on siirtynyt varhaisnuoruudesta teini-ikään, mikä on tuonut uusia haasteita lasten ja perheiden elämään. Kuitenkin

olemme tulleet haastatteluiden perusteella siihen tulokseen, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta on kaiken kaikkiaan tukenut lasten kasvua nuoreksi.

Laadullisen tutkimuksen kirjallista kuvausta on sanottu ”juoneltaan eteneväksi kertomukseksi”. Kirjoittamisessa on laadullisessa tutkimuksessa merkittävämpi asema kuin teoriapohjaisessa tutkimuksessa (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 266). Telemme haastattelut antoivat useita oivalluksen hetkiä, ja tulokset tukeutuivat vahvasti etsimäämme teoriaan sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta, ja muihin viitekehyksiimme. tarinat yksilöiden ja perheiden takana antavat voimaa ja uskoa valitsemaamme aiheeseen ja tutkimusten tuloksiin. Saimme tuloksista sen mitä lähdimme hakemaan ja vielä enemmänkin.

Lähtökohtaisesti opinnäytetyömme oli kehittämistyö, ja perustelumme tähän pohjautuvat vähäiseen tutkittuun tietoon sosiaalipedagogisen hevostoiminnan, erityisesti pienryhmämuotoisen, vaikutuksista asiakkaiden arkeen ja haasteisiin. Toimeksiantomme tuli Aika-tallilta, ja tietoa haluttiin kerätä juurikin perheiden näkökulmasta, koska aiemmat tutkimukset ovat keskittyneet lähinnä asiakkaiden, ohjaajien tai muiden toimijoiden kokemuksiin. Opinnäytetyöllämme oli siis vahva tarve, ja tulevaisuudessa sitä voidaan käyttää esimerkiksi toiminnan vaikuttavuutta kuvaavana työnä siitä mahdollisesti hyötyville tahoille, instituutioille tai rahoitustahoille. Jatkotutkimuksena olisi mielenkiintoista tehdä laadullinen tutkimus esimerkiksi poikaryhmässä, ja haastateltavat olisi hyvä kerätä esimerkiksi ympäri Suomen.

## 7 Pohdintaa

Tulosten kirjoitusvaiheessa huomasimme, että tekemämme anonymiteettisopimus oli niin rajattu, että se esti tulosten täydellisen objektiivisen tarkkailun. Meidän mielestämme olisi ollut hyvä, jos tuloksia olisi voinut verrata esimerkiksi lasten taustoihin. Mutta tämä kaikki on hyvää opetusta tulevaisuutta ajatellen.

Tämä oli molempien ensimmäinen laadullinen tutkimus, ja kummallakin oli hieman erilainen lähestymispinta aiheeseen. Anna oli ulkopuolisempi, ja hän pääsi tutustumaan ryhmiin vasta opinnäytetyön teon aloitettua, kun taas Noora olit tehnyt jo pidemmän aikaa yhteistyötä tallin lasten ja osan vanhempienkin kanssa. Sen vuoksi Nooralle oli tullut jo aikaisemmin hyvin tutuiksi haastattelujen kohteena olleet lapset.

Vaitiolovelvollisuussopimus oli valinta, joka meidän oli tehtävä. Halusimme saada vanhemmat avautumaan ja kertomaan kokemuksistaan ilman suodattimia tai pelkoa siitä, että joku tunnistaisi heidät tai heidän lapsensa. Lasten haasteet ja tavoitteet toiminnalle voivat olla hyvin moninaisia, mutta samalla myös hyvin eroavaisia keskenään. Joten lapsen tunnistus esimerkiksi diagnoosin tai erityishaasteen myötä olisi voinut olla liian tunnistettavissa. Lisäksi olimme päätyneet keskittymään sosiaalipedagogisen hevostoiminnan pienryhmien positiivisiin tuloksiin. Pohdimme myös, että jos emme olisi asettaneet niin rajattua vaitiolovelvollisuus sopimusta, emme välttämättä olisi saaneet kaikkia viittä haastattelua opinnäytetyöhömmä, vaan haastateltavien sopiva määrä olisi voinut olla haasteellista kerätä. Lisäksi olimme päätyneet keskittymään sosiaalipedagogisen hevostoiminnan pienryhmien positiivisiin tuloksiin ja tämän vuoksi pohdimme, että alkutilanteen tarkka tieto ei olisi välttämätöntä tulosten kerronnan vuoksi. Pyrimmekin opinnäytetyössämme alussa kertomaan yleisesti minkä tyyppisille lapsille ryhmätoiminta olisi sopivaa ja millaisia lasten haasteita ryhmätoiminnassa yleisesti tavataan.

### 7.1 Tutkimuksen luotettavuus ja eettinen pohdinta

Noudatamme tutkimuksessamme hyvän tieteellisen käytännön lähtökohtia. Tärkeimpiä arvoja ovat tietysti tiedeyhteisön tunnustamat toimintatavat eli rehellisyys, yleinen huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä tutkimusten ja niiden tulosten arvioinnissa. Otamme huomioon muiden tutkijoiden työn ja saavutukset ja pidämme huolta niiden asianmukaisesta viittaamisesta. (Helsingin yliopisto, 2019.)

Noudatamme tutkimuksen suunnittelussa, toteutuksessa ja raportoinnissa tieteelliselle tiedolle asetettuja vaatimuksia. Ja huomioimme eettisesti kestävästi tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmät sekä avoimuuden ja vastuullisuuden julkaisemisessa. Noudatamme sensitiivisyyttä, vaitiolovelvollisuutta ja anonymiteettiä haastattellessamme tutkittavia ja käsitellessämme heidän tietojiaan. (Helsingin yliopisto, 2019.)

Tutkimus tehtiin haastatteluiden avulla, jossa haastattelimme yhtä lapsen kasvattajaa/vanhempaa kerrallaan rauhallisessa tilassa jossa ei ole muita ihmisiä samanaikaisesti. Laadimme etukäteen kysymykset joiden pohjalta vanhemmat vastasivat oman kokemuksensa mukaan. Päädyimme haastattelemaan vanhempia yksi kerrallaan, jotta pystymme luomaan hyvän ja turvallisen ympäristön keskustelulle. Tarkoituksemme olisi luoda mahdollisimman rento ja mukava ilmapiiri vastata tutkimuksemme kysymyksiin. Nauhoitamme haastattelut, jotta voimme keskittyä haastateltavaan paremmin vuorovaikutustilanteessa, emmekä juurikaan tehneet muistiinpanoja samanaikaisesti. Haastattelut tehtiin myös nimettöminä, jotta lapsen henkilöllisyyden tunnistaminen ei olisi mahdollista tutkimuksessa. Koimme sen lisäävän vanhemmille turvallisuuden tunnetta sekä nimettömyyden mahdollistavan avoimemman keskusteluun.

Tutkimuksissa pyrittiin välttämään virheiden syntymistä, mutta silti tulosten luotettavuus ja pätevyys vaihtelevat. Kuten kaikissa tutkimuksissa, myös tässä pyrimme arvioimaan tehdyn tuloksen luotettavuutta (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 231.). Tässä laadullisessa tutkimuksessa reliabelius eli tutkimuksen mittaustulosten toistettavuutta mitattiin sen perusteella, että molempien tutkimuksen tekijän tuloksia verrattiin toisiinsa. Ja me molemmat päädyimme samoihin tutkimustuloksiin, joten tutkimustamme voidaan pitää reliabelina.

Laadullisessa tutkimuksessa ydinasioita ovat henkilöiden, tapahtumien ja paikkojen kuvaukset. Tutkimuksen luotettavuutta eli validiutta kohentaa tutkijan tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 232.). Tutkimuksessamme olemmekin syventyneet tähän niin tutkimusmenetelmä -osiossa, johtopäätöksissä ja pohdinnassa.

Eettiseltä kannalta tutkimusten tulosten auki kirjoitusta sääteli vaitiolovelvollisuusso-  
pimus ja anonymiteettisuoja. Pidimme tuloksia esitellessämme mielessä, että emme kerro yksityiskohtia perheistä tai yksittäisiä tuloksia, joista olisi voinut käydä ilmi ke-  
nen lapsesta on kysymys. Lisäksi teimme tietoisin valinnan, että emme käytä suoria lainauksia haastatteluissa yksityisyyden suojan takia.

## 7.2 Oppimiskokemuksena opinnäytetyö

Opinnäytetyö oli kokonaisuudessaan hyvin opettavainen kokemus meille. Laadullisen tutkimuksen rakentaminen ja sen käytännössä toteuttaminen toi monta uutta asiaa, jota emme olisi osanneet edes ajatella ilman tätä kokemusta. Eniten haasteita tuotti tulosten tarkastelu ja sekä tiukan vaitiolovelvollisuusso-  
pimuksen yhteen sovittami-  
sen, niin ettei tuloksista voi tunnistaa henkilöitä. Tässä opimmekin, että jatkossa mietimme vaitiolovelvollisuusso-  
pimusta tehdessä myös sitä, ettei se estä meitä tulos-  
ten tarkasteluvaiheen kirjaamisessa liikaa.

Emme kokeneet tutkimuksen alussa sen tekoa vahvuusalueeksemme, mutta lopputulos oli mielestämme kuitenkin suhteellisen helppoa, ja todella mielenkiintoista työstää. Ja meillä oli koko matkan ajan vahva innostus oppia uutta. Toiset vaiheet tutkimuksen teossa olivat toki työläämpiä kuin toiset. Esimerkiksi teoriaa sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta löytyi hyvin niukasti ja sen vuoksi opimmekin paljon tiedon hausta. Teorian hakeminen opinnäytetyötä varten oli mielestämme yksi haastavimmista osuuksista, ja huomasimmekin kirjoitusvaiheessa, että selkeä vahvuutemme onkin ehkä vapaamman tekstin sekä pohdinnan tuottaminen. Nämä asiat korostuivat mielestämme myös opinnäytetyötä tehdessä hyvin.

Haastatteluiden tekemisessä ja suunnittelussa tunsimme olevamme molemmat vahvuusalueellamme. Vuorovaikutustilanteet vanhempien kanssa olivat rentoja ja helppoja. Haastatteluiden tekeminen, ja erilaisten perheiden tarinoiden kuuleminen oli-  
kin parasta antia työskentelyssämme.



Tärkeät asiat mitä olemme oppineet opinnäytetyötä tehdessämme ovat sitoutuminen, joustavuus ja pitkäjänteisyys. Kun on kyse kahdesta aikuisesta ihmisestä, jotka tekevät vielä koulun ohella muita töitä, ja lisäksi viiden aikuisen aikataulujen sovittamisesta haastatteluille, oli kevään 2019 aikana monta osaa, joita piti yhteen sovittaa. Aikataulussa pysyminen ja sen hahmottaminen, kuinka paljon mikäkin vaihe opinnäytetyössä vie ja tarvitsee aikaa, oli mielestämme melko yllättävä. Haastattelujen järjestäminen, ja kaikkien aikataulujen niihin sovittaminen tuntui helpolta. Kuitenkin haastattelujen kerääminen vei aikataulullisesti enemmän aikaa kuin osasimme arvioida ja odottaa. Pysyimme onneksi aikataulussa suunnitellusti ja opinnäytetyön valmistuminen ei viivästynyt. Mielestämme olimme molemmat joustavia ja tehokkaita, jaoimme tutkimusalueen teoriaosuudet tarkasti jo suunnitteluvaiheessa, sekä teimme aikataulusuunnitelman, jota noudatimme.

Haastattelut vanhempien kanssa olivat erittäin mielenkiintoisia ja antoisia. Haastattelut ovat yksi parhaista ja antoisimmista asioista tutkimuksemme aikana. Niissä koimme monta tunteikasta hetkeä sekä meidän puoleltamme, että vanhempien puolelta, itkuilta ja hymyiltä ei vältytty.

Opimme ja saimme paljon uutta näkemystä siitä, millaista on perhearki erityislapsen kanssa, ja mitä kaikkia haasteita he joutuvat kohtaamaan. Ja kuinka esimerkiksi erilaiset instituutiot ja yhteiskunta koettelevat erityislapsen perhettä. Saimme myös paljon uutta tietoa siitä mitä apuja ja tukia erityislapsille ja heidän perheilleen on tarjolla. Tutkimuksen myötä opimme, että erityislapsille on hyvin tärkeää, oppimisen ja positiivisen muutoksen kannalta se, että tapa oppia on mieluisa lapselle, ja yhtä aikaa myös tukea antava ja osallisuutta vahvistava. Oikeanlainen menetelmä on siis oppimisen kannalta hyvin tärkeää.

Vaikka sosiaalipedagoginen hevostoiminta oli meille molemmille tuttu aihe, ja erityisesti Nooralle jo käytännön kautta, Anna taas lähestyi asiaa lähinnä teorian pohjalta, tuntui että molemmat saivat kuitenkin opinnäytetyön teon aikana uusia oivalluksia ja vahvistusta aikaisempaan käsitykseensä toiminnasta. Kumpikin uskomme tämän menetelmän voimaan, vaikka sitä ei tietystikään voi sokeasti lähteä soveltamaan jokaiselle asiakasryhmälle. Uskomme kuitenkin tutkimuksemme perusteella, että toiminta sopii monenlaisiin ihmisen elämän haasteisiin, erityisesti nuorille ja lapsille, sekä syrjäytymisen ennaltaehkäisevään työhön.

Olemme molemmat tyytyväisiä lopputulokseen, ja aiheesta riittäisi tutkittavaa useaankin opinnäytetyöhön. Opinnäytetyössämme ympyrä sulkeutuu opintojemme kannalta, olemme lähteneet opiskelemaan sosiaaliajaa erilaisista lähtökohdista, mutta kumpikin pitänee mielessämme kiinnostavan asiakasryhmän eli lapset ja nuoret. Olemme uskoneet vahvasti omiin vahvuksiimme, ja kiinnostuksen kohteeseemme, kuten luontoon ja eläimiin sekä luoviin menetelmiin sosiaaliaalan asiakastyössä. Ja opinnäytetyössämme olemme saaneet pureutua ja yhdistää kaiken tämän yhdeksi kokonaisuudeksi.

Uskomme vahvasti, että tämä vie meitä eteenpäin tulevana sosiaaliaalan ammattilaisina, arvomme ovat nuorten kohtaamisessa, toiminnallisissa menetelmissä, asiakkaiden erityisyyden huomioimisessa, heidän osallisuuden vahvistamisessaan sekä positii-visessa palautteessa. Haluamme viedä nämä opit tulevaisuudessa työelämään. Uskomme sosiaaliaalan tulevana ammattilaisina hyvän näkemiseen jokaisessa ihmisessä, ja tähän tukea voi löytyä yllättävänkin läheltä; luonnosta ja eläimistä.

## 8 Lähteet

### Painetut

Mattila-Rautiainen, S. (toim.) 2011. Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ikäheimo, K. (toim.) 2013, Karvaterapiaa, Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 1.painos. Helsinki: Yliopistopaino.

Pitkänen, A. 2008. Hevosvoimia. Hyvä oloa hevosharrastuksesta. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy.

Lindh, R & Sinkkonen, H. 2009. Koulusta selviytyminen. Opettajan ja oppilaan yhteinen haaste. Tampere: Juvenes Print Oy.

Tilus, P. 2004. Pelistä pois. Huolehtivan koulun haaste. Juva: WS Bookwell Oy.

Hirsijärvi, S & Remes, P & Sajavaara, P. 2014. Tutki ja kirjoita. 19.painos. Porvoo: Bookwell Oy.

Muhonen, J. & Lallukka, K. & Turtiainen, P. 2009. Pienryhmätoiminta lasten ja nuorten ehkäisevän työn menetelmänä. Kurikka: YAD Youth against drugs ry.

Viinamäki, H. 2005. Lemmikkieläinten merkitys autistisesti käyttäytyville lapsille. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto. Viitattu 25.5.2019.

### Sähköiset

Suomalaisen kirjallisuuden seura 2019. <https://www.finlit.fi/>, viitattu 25.5.2019.

Aika-tallit 2019. <https://www.aikatalli.net/sosiaalipedagoginen-hevostoiminta>, viitattu 24.5.2019.

Tilastokeskus 2019, [www.stat.fi](http://www.stat.fi), viitattu 15.2.2019.

Jyväskylän yliopisto 2019, [www.jyu.fi](http://www.jyu.fi), viitattu 17.2.2019.

Suomen sosiaalipedagoginen seura ry 2019, [www.sosiaalipedagogiikka.fi](http://www.sosiaalipedagogiikka.fi), viitattu 16.2.2019.

Helsingin yliopisto 2019, [www.helsinki.fi/tutkimus/](http://www.helsinki.fi/tutkimus/), viitattu 17.2.2019).

Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry 2015, [www.hevostoiminta.net](http://www.hevostoiminta.net), viitattu 16.2.2019.

Green Care Finland 2019, [www.gcfinland.fi](http://www.gcfinland.fi), viitattu 25.5.2019.

Potilaan lääkirilehti 2016, [www.potilaanlaakarilehti.fi](http://www.potilaanlaakarilehti.fi), ”Lääkäri määräsi metsäterapiaa Sipoossa”, 30.6.2016. Peikko Pitkänen. Viitattu 25.5.2019.

Tampereen kaupunki 2019, <https://www.tampere.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/lapsiperheiden-palvelut/nepsy/vaikeudet.html> . Viitattu 14.6.2019.

Spoken 2019, <https://www.spoken.fi/> . Viitattu 14.6.2019.

## 9 Liitteet

### Liite 1. Mainos Aika-tallille tehtävästä opinnäytetyöstä

Hei erityisen ihanien tyttöjen vanhemmat!

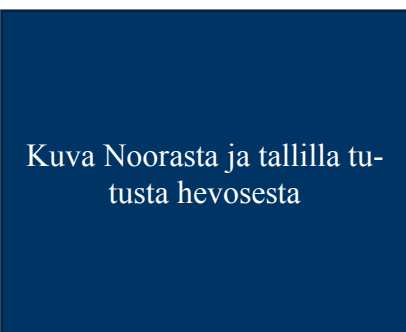
Olemme Noora Huuskonen ja Anna Oikarinen, kaksi kohta valmistuvaa sosionomiopiskelijaa Tikkurilan Laureasta ja teemme opinnäytetyötä Aika-tallilla. Monille nuorille etenkin Noora on tuttu henkilö, mutta Annakin on päässyt jo tutustumaan ryhmätoiminnassa oleviin nuoriin. Teemme opinnäytetyötä sosiaalipedagogisen hevostoiminnan hyödyistä lasten ja nuorten elämässä, sekä mitä kaikkea positiivista toiminta on saanut heissä aikaan.

Toivoisimme että pääsemme tapaamaan mahdollisimman montaa vanhempaa. Olemme suunnitelleet, että tapaaminen ja haastattelut tapahtuisivat Aika-tallilla asuinrakennuksessa saman aikaisesti kuin lapsenne on ryhmätoiminnassa mukana, ajattelimme näin tehdä teille haastatteluun osallistumisen mahdollisimman helpoksi ja vaivattomaksi. Tapaamme jokaisen lapsen vanhempia/vanhempaa erikseen, ja haastattelussa on kahvia, teetä ja pientä purtavaa tarjolla. Haastattelut tehdään nimettömänä, ja toivommekin yhteisestä juttutuokiosta rentoa ja mukavaa. Opinnäytetyön tarkoitus olisikin kerätä yhteen positiivisia kokemuksia toiminnasta sekä tietoa siitä, millaista mahdollista kehitystä toiminta on saanut lapsen arjessa aikaan, ja miten toiminnan hyödyt näkyvät esimerkiksi lapsen tai nuoren kotona, sosiaalisissa suhteissa ja koulussa. Odotamme innolla, että pääsemme kuulemaan teidän vanhempien näkökulmasta kokemuksia toiminnasta ja sen hyödyistä.

Jos haluat osallistua haastatteluun, voit olla meihin yhteydessä joko sähköpostitse, soittamalla tai tekstiviestillä, jolloin voimme olla sinuun yhteyksissä itsellesi sopivimmalla tavalla, jolloin voisimme sopia tapaamiseen teille sopivan päivän ja ajan.

Mukavaa kevään odotusta!

Toivoo:



Noora Huuskonen  
Puh. xx  
(Oma sähköpostiosoite)



Anna Oikarinen  
Puh: xx  
(Oma sähköpostiosoite)

## Liite 2. Vaitiolovelvollisuus sopimus

Vaitiolovelvollisuussopimus opinnäytetyöhön

Päivämäärä

Opinnäytetyössämme käsittelemme arkaluontoisia haastatteluja, ja lupamme, että haastateltavien henkilöllisyys pysyy salassa. Lisäksi kaikki haastateltavien ja heidän lastensa mahdollisesti tunnistettavat piirteet pysyvät salassa opinnäytetyössämme. Emme käytä nimiä, ikää, tai taustoja opinnäytetyössämme.

Anna Oikarinen

Noora Huuskonen

Haastateltava sitoutuu kertomaan totuudenmukaisesti omista kokemuksistaan opinnäytetyömme aiheista, ja antaa luvan käyttää haastattelumateriaalia kirjoittaessamme opinnäytetyön tutkielmaa.

Haastateltavan nimi ja allekirjoitus

### Liite 3. Haastattelukysymykset

Alkukysymykset (ei nauhoiteta).

Kerro vapaamuotoisesti kuka olet, ja kauanko lapsesi on osallistunut sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan.

Millaisia haasteita lapsella on ollut ennen hevostoimintaa?

Tästä alkaa nauhoitus: Miksi valitsitte hevostoiminnan lapselle?

#### Mieliala ja tunteiden hallinta

1. Hevostoiminnan alettua, onko lapsen mielialaan tullut muutosta, jos on, niin millä tavalla?
2. Osaako lapsi sanoittaa tunteitaan paremmin, kerro konkreettisia esimerkkejä? Puhuuko lapsi tunteistaan?
3. Jos lapsi hermostuu tai suuttuu, millä tavalla hän hallitsee negatiivisia tunteita ja käytöstään? Onko tässä ollut muutoksia?

#### Lapsen arki

1. Uni. Onko nukkumaanmeno kehittynyt ja tuleeko uni paremmin? Millaisia lapsen nukkumaanmenot ovat? Vertaa ennen ja jälkeen hevostoiminnan aloittamista?
2. Kuinka lapsi toimii aamuisin, herääminen ym. (herääkö hän helposti, ovatko aamut olleet erilaisia toiminnan alettua, millä tavalla?)
3. Onko lapsen ajanhallinta muuttunut? Meneekö lapsi esimerkiksi ajoissa kouluun?
4. Ovatko lapsen syömistottumukset muuttuneet?
5. Millä tavalla lapsen oman toiminnan ohjaus ja sääntöjen noudattaminen on kehittynyt? (Tai onko se kehittynyt, ja millä tavalla?)

#### Koulunkäynti

1. Millaista lapsen koulunkäynti on? Meneekö hän esimerkiksi tyytyväisenä kouluun vai onko koulussa haasteita? Kerro millaisia, hyviä ja huonoja.
2. Onko koulussa keskittyminen muuttunut? Millä tavalla?
3. Onko lapsella poissaoloja koulusta? Onko tässä ollut muutosta hevostoiminnan aloittamisen jälkeen?
4. Myöhästeleekö lapsi koulusta? Onko tässä ollut muutoksia ja millaisia?

#### Perhe ja kaverisuhteet

1. Millaiset perhesuhteet lapsella on? Onko näissä ollut muutosta hevostoiminnan aloittamisen jälkeen?
2. Onko lapsi saanut uusia ystäviä?
3. Millaisia lapsen ystävyysuhteet olivat aiemmin ja millaisia ne ovat nyt?

Lisäkysymykset:

Mitkä ovat suurimmat muutokset/vaikutukset, jotka olet huomannut lapsessasi hevostoiminnan alettua?

Viimeinen kysymys: Mitä mieltä olet hevostoiminnasta oman lapsesi kehityksen kannalta?